http://chefadel55.ahlamontada.com
لكل محبي

chef adel

فن الطهى

الصوص

البعض يقول الصوص هو الذي يصنع البرجر

كاتشب

صوص الصويا

صوص الستيك

خردل

خل بلسمي

صوص الباربيكيو

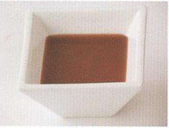
صوص الفجل

خردل الديجون

مايونيز

صوص الثاوزند آيلاندز

صوص الرانش


صوص شطة

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/

سلطة الشيف

تكفي 6 أشخاص
مدة الإعداد: 20 دقيقة

المقادير:

6 جزرات
8 فجل
500 جم لحم ديك مدخن
1 خس
1 رأس صغيرة هندباء
1 رأس صغيرة شيكوريا
1 علبة حمص
1 بصلة حمراء
1 ملعقة صغيرة ملح

التتبيلة:

1 فص ثوم
⅔ كوب أوراق ريحان
¼ كوب بقدونس
3 ملاعق كبيرة أعشاب طازجة مثل الزعتر أو الروزماري أو المردقوش
3 ملاعق كبيرة خل العنب الأبيض
½ ملعقة صغيرة ملح
½ كوب زيت زيتون
قطعة من جبن بارميزيان (حوالي 150 جم)
350 جم طماطم صغيرة (شيري)

الطريقة:

1. يتمّ بشر الجزر ويقطَع الفجل أعواد رفيعة. يقطع الديك المدخن أعواد رفيعة. يقطع الخس إلى قطع صغيرة ويخلطوا في وعاء مع الهندباء والشيكوريا. يُغسل الحمّص ويصفّى في مصفاة. يمكن إعداد مكونات السلطة قبل تقديمها بأربع ساعات مع تغطيتها ووضعها في الثلاجة.
2. يقطّع البصل إلى نصفين بالطول ثمّ يقطَع كل نصف إلى شرائح رفيعة بالعرض. في وعاء متوسط الحجم، يذاب الملح في مياه مثلجة ويقلّب فيها البصل. يترك البصل في المياه من 15 دقيقة إلى ساعة كاملة.
3. يقطّع الثوم وباستخدام الكبة، تفرم الأعشاب مع الثوم ويضاف الملح والفلفل والخل ويرفع الغطاء أثناء التشغيل ويصب الزيت ببطء حتّى يتجانس قوام التتبيلة. يمكن تحضير التتبيلة قبل تقديم السلطة بساعة وتحفظ في الثلاجة حتّى موعد التقديم.
4. باستخدام مقشرة الخضار، يتمّ تقطيع شرائح رفيعة من جبن البارميزان. يصفّى البصل ويجفف بمنشفة ورقية. تقطع الطماطم لأنصاف. وفي وعاء كبير، تخلط مكونات السلطة ويصب عليها التتبيلة ويضاف الملح والفلفل حسب الرغبة.

www.rewity.com ARAYAHEEN
www.rewity.com ARAYAHEEN
http://chefadel55.ahlamontada.com/

سلطة باندان جوزالهند (سلطة بوكو باندان)

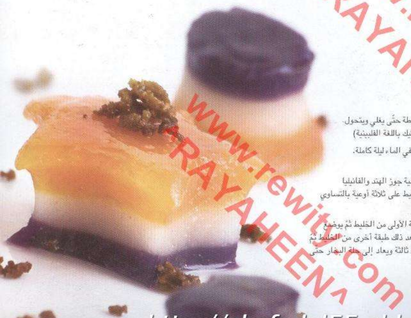
المقادير:

4 لب ثمار جوز الهند مبشور
1 برطمان صغير من جوز هند الماكابونو
عصير 3 ثمار جوز الهند الطازجة
1 علبة جيلي أخضر بنكهة الباندان
1 علبة حليب مركز
1 علبة قشدة
50 جم زبيب

الطريقة:

1. في قدر متوسط الحجم، يتمّ وضع عصير جوز الهند على النار حتّى يغلي ويضاف إليه عبوة جيلي الباندان ويقلب حتّى يذوب الجيلي تماماً في العصير. يرفع من على النار ويصبّ في قالب مستطيل أو مربّع الشكل ويبرّد في الثلاجة حتّى يتماسك.
2. يقلّب الجيلي بعد تبريده ويقطّع إلى شرائح مستطيلة الشكل.
3. في وعاء كبير، يتمّ خلط لب جوز الهند مع الماكابونو واللبن المركّز والقشدة والزبيب وجيلي الباندان ثمّ يوضع في البراد.
4. يقدّم بارداً.

سابين - سابين



المقادير:

2 كيلو أرز مرتفع اللزوجة
1 كيلو أرز عادي
1 كيلو لب ثمار جوز الهند المطحون
½ 1 كيلو سكر
2 ملعقة كبيرة فانيليا
ألوان طعام
ماء ساخن

الطريقة:

1. توضع نصف كمية جوز الهند على حرارة متوسطة حتّى يغلي ويتحول إلى زيت ثمّ إلى جزيئات بنية اللون (تسمّى لاتيك باللغة الفلبينية)
2. يخلط نوعا الأرز في وعاء كبير ثمّ يغطى وينقع في الماء ليلة كاملة. يصفّى من الماء ويطحن.
3. يخلط الأرز المطحون مع النصف الثاني من كمية جوز الهند والفانيليا والسكر وتقلّب معاً حتّى التجانس. يقسّم الخليط على ثلاثة أوعية بالتساوي ويخلط مع ألوان الطعام المختارة.
4. يدهن القالب بزيت جوز الهند وتصبّ فيه الطبقة الأولى من الخليط ثمّ يوضع في قدر البخار لمدة 5 – 10 دقائق. يضاف بعد ذلك طبقة أخرى من الخليط ثمّ يعاد إلى حلة البخار مرة أخرى. تضاف طبقة ثالثة ويعاد إلى حلة البخار حتّى ينضج.
5. يقدّم مع اللاتيك.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

سلطة الخضروات المشوية المشكلة

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

المقادير:

- 4 حبات باذنجان
- 30 جم ريحان
- 400 جم تتبيلة الخل البلسمي
- 4 كوسة
- 4 حبات طماطم بفروعها
- 5 جم فلفل أسود مطحون
- 50 ملل زيت زيتون
- 4 حبات بصل أحمر
- 4 حبات فلفل حلو أحمر
- 4 حبات فلفل حلو أصفر
- 8 جم ملح طعام

الطريقة:

1. يقطَع الباذنجان إلى شرائح بسمك 2 سم وتقطَع الكوسة بسماكة 1 سم.
2. يقطَع الفلفل إلى أرباع ويزال العنق والبذور ثمّ يقطَع كل ربع إلى نصفين.
3. تقلّب الخضروات في زيت الزيتون.
4. بعد تسخين شواية الفحم، تشوى الخضروات حتّى تظهر على جانبيها علامات الشي، نبدأ الشي بالبصل الأحمر ثمّ الباذنجان ثمّ الكوسة وأخيراً الطماطم.
5. توضع بعد شيها في صينية فرن وتغطى بفويل ثمّ توضع في الفرن حتّى تنضج جميع الخضروات.
6. تخرج الصينية من الفرن وتترك لتبرد قليلاً.
7. تقطَع الطماطم إلى قطع كبيرة ويقطَع البصل الأحمر أيضا إلى قطع ويضافا إلى شرائح الباذنجان والكوسة ثمّ يقلبوا في الخل البلسمي ويقطَع الريحان ويزين به الوجه.
8. يتبل بالملح والفلفل حسب الرغبة.

http://chefadel55.ahlamontada.com/

شوربة البقوليات والدجاج

المقادير:

1 حبة بطاطس
1 حبة جزر
1 حبة لفت
1 حبة كرات
1 حبة كوسة
3 حبات طماطم
1 حبة بصل مفروم
1 قطعة كرفس مفروم
3 ملاعق كبيرة بقدونس
1 كوب بقوليات مسلوقة (فاصوليا حمراء أو بيضاء، حمص، عدس...)
ملح و فلفل اسود
2 ملعقة زيت زيتون
بهارات (1 ملعقة كركم - ½ ملعقة قرفة - ½ ملعقة زنجبيل)
400 جم من صدور دجاج
2 لتر ماء

الطريقة:

1. يسلق الدجاج في الماء مع الجزر والبطاطس والطماطم والكراث والكوسة ثمّ تترك على النار لتنضج.
2. عندما ينضج الدجاج يصفّى من المرق ويترك جانباً.
3. تطحن الخضار مع المرق وتترك جانباً.
4. في قدر آخر يوضع زيت الزيتون ويقلى البصل مع الكرفس والبقدونس وقليل من الملح ثمّ البهارات (فلفل أسود +زنجبيل بودرة + كركم + قرفة).
5. تضاف الخضروات المطحونة مع المرق.
6. وعند الغليان تضاف البقوليات المسلوقة ويترك الخليط على نار هادئة لمدّة 10 دقائق.
7. يزين بالكزبرة الطازجة المفرومة وعصير الليمون حسب الذوق.

www.rewity.com ^ARAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/

حريرة مغربية

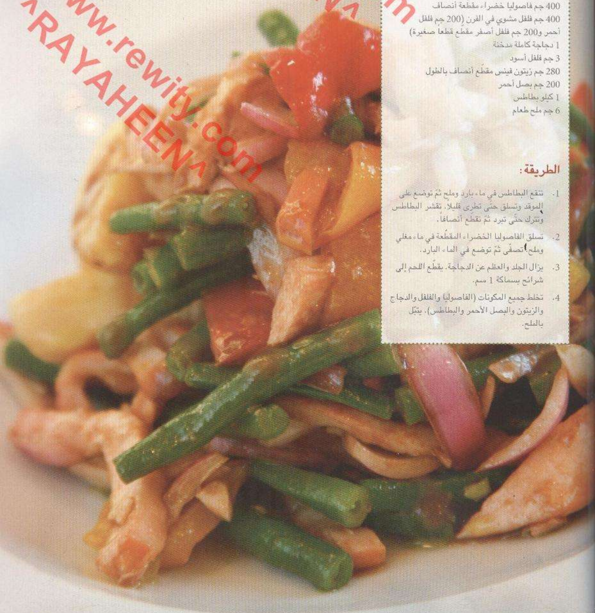
المقادير:

- 400 جم لحم قطع
- 3 ملاعق كبيرة زيت زيتون
- 2 بصل مفروم
- 1 كوب كرفس مفروم
- 1 كوب بقدونس مفروم
- 1 حبة لفت أبيض
- 1 كراث
- 1 كوب كزبرة طازجة مفرومة
- فلفل اسود
- ½ ملعقة صغيرة زنجبيل
- 1 عود قرفة
- ملح
- 1 ملعقة صغيرة كركم
- 1 كوب حمص منقوع
- ½ 1 لتر مرق دجاج
- ½ لتر ماء
- 1 كوب عدس بني
- خميرة بائتة مكونة من طحين وماء
- ٣ ملاعق كبيرة طحين مذوبة في ½ كوب ماء
- نعناع طازج للتزيين
- خلطة النكهة (1 ملعقة كراوية مدقوقة مع 1 فص ثوم وكزبرة طازجة)
- 3 حبات طماطم طازجة مفرومة
- فلفل احمر حار

الطريقة:

1. في قدر الضغط يوضع الزيت وتضاف كل الخضروات المقطعة مع البهارات والأعشاب.
2. تترك لتغلي دقيقتين علي نار خفيفة مع اللحم.
3. يضاف الماء والحمص والعدس ويترك الخليط لينضج مع الطماطم المفرومة.
4. تضاف الخميرة مع التحريك وتترك 10 دقائق على نار هادئة لتنضج ثمّ تضاف خلطة النكهة.
5. يزين بالنعناع الطازج.
6. يمكن إضافة عصير الليمون حسب الرغبة.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/



إنسلاتا كونتادينا

www.rewity.com
^RAYAHEENA^
www.rewity.com
^RAYAHEENA^

المقادير:

400 جم فاصوليا خضراء مقطّعة أنصاف
400 جم فلفل مشوي في الفرن (200 جم فلفل أحمر و200 جم فلفل أصفر مقطع قطعاً صغيرة)
1 دجاجة كاملة مدخنة
3 جم فلفل أسود
280 جم زيتون فينس مقطّع أنصاف بالطول
200 جم بصل أحمر
1 كيلو بطاطس
6 جم ملح طعام

الطريقة:

1. تنقع البطاطس في ماء بارد وملح ثمّ توضع على الموقد وتسلق حتّى تطرى قليلاً. تقشر البطاطس وتترك حتّى تبرد ثمّ تقطع أنصافاً.
2. تسلق الفاصوليا الخضراء المقطّعة في ماء مغلي وملح، تصفّى ثمّ توضع في الماء البارد.
3. يزال الجلد والعظم عن الدجاجة. يقطّع اللحم إلى شرائح بسماكة 1 سم.
4. تخلط جميع المكونات (الفاصوليا والفلفل والدجاج والزيتون والبصل الأحمر والبطاطس). يتبّل بالملح.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

فطيرة بلحم الضأن

مدة الإعداد: 80 دقيقة
تكفي 6 أشخاص

المقادير:

- 1 بصلة
- 500 جم لحم ضأن
- 30 جم زبدة
- 1 بيضة مخفوقة
- ملح وفلفل
- 150 جم فطر
- 500 ملل مرق لحم بقري
- 150 جم باف بيستري مجمّد ومذاب عنه الثلج

الطريقة:

1. يسخّن الفرن إلى 180 درجة مئوية.
2. يقشر البصل ويخرط. يغسل الفطر ويقطّع قطعاً كبيرة. يحمرُ البصل والفطر مع الزبدة في مقلاة حتّى يذبلا.
3. يقطّع اللحم إلى قطع صغيرة بطول 3 سم ويوضع في المقلاة ويشوح لمدة 10 دقائق ثمّ يضاف المرق والملح والفلفل. تغطى المقلاة وتترك على نار هادئة لمدة 20 دقيقة.
4. يصبّ الخليط في صينية فطير ويغطى بالباف بيستري وتسوى الحواف وتشكّل.
5. يُدهن الوجه بالبيضة المخفوقة وتخبز في وسط الفرن لمدة 15 دقيقة ثمّ تخفض الحرارة إلى 160 درجة مئوية وتترك لتنضج لمدة 15 دقيقة أخرى أو حتّى يتقرمش الوجة ويصير لونه بنياً فاتحاً.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

كريمة الطماطم بنكهة الفلفل الحار

المقادير:

1 قطعة كرفس مقطّعة قطعاً صغيرة
1 حبة جزر مقطّعة قطعاً صغيرة
1 حبة بصل مفروم
1 إكليل الجبل (روزماري)
زيت زيتون
1 ملعقة كبيرة ريحان طازج
½ ملعقة صغيرة زعتر جاف أو طازج
3 فصوص ثوم مفري
1 علبة طماطم كبيرة
3 ملاعق كبيرة من معجون الطماطم
فلفل أحمر حلو
ملح وفلفل
½ كوب كريمة أو حليب
فلفل حار حسب الرغبة
¼ ملعقة صغيرة كمون
بصل أخضر
ريحان

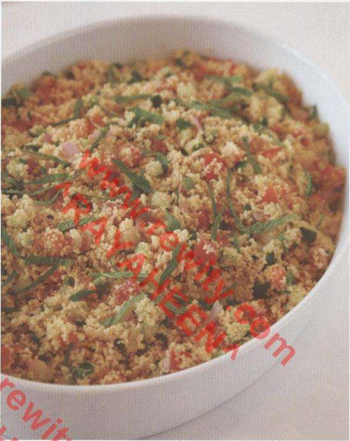
الطريقة:

1. تقلّى كل الخضروات والبهارات والأعشاب في الزيت على نار هادئة لمدة 7 دقائق.
2. تضاف الطماطم مع عصيرها إلى الخليط.
3. يضاف إلى الخليط معجون الطماطم ويقلب الخليط ويترك على النار من 40 إلى 50 دقيقة ثمّ يصفّى الخليط بالمصفاة.
4. يوضع على النار مع الكريمة أو الحليب ويسخّن لمدة 5 دقائق.
5. يزين الطبق بإكليل الجبل والريحان والبصل الأخضر ويقدّم.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/
www.rewity.com

كسكسي



المقادير:

- ½ عود كرفس
- ½ حزمة ثوم معمر
- 1 كيلو كسكسي
- 750 ملل ماء ساخن
- 2 حبة من الخيار
- 700 جم طماطم
- 200 ملل زيت زيتون بكر
- 8 جم فلفل أسود مطحون
- 3 ليمونات معصورة
- 20 جم ملح طعام
- 600 جم بصل أحمر

الطريقة:

1. يوضع الكسكسي في وعاء كبير مع الماء والزيت وعصير الليمون. يقلب ويترك الكسكسي حتّى ينفش.
2. في أثناء ذلك، تقطع الطماطم والبصل الأحمر والخيار والكرفس إلى قطع بعرض 1 سم.
3. تضاف الخضروات إلى الكسكسي ويقلب الخليط جيداً.
4. تقطع الأعشاب قطعاً صغيرة وتضاف إلى الكسكسي ثمّ يتبّل بالملح والفلفل حسب الرغبة.
5. يترك الكسكسي لمدة ساعتين تقريباً قبل تقديمه حتّى يصبح طرياً.
6. يضاف المزيد من عصير الليمون حسب الحاجة للحصول على الطعم المرغوب.

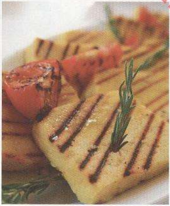
بولانتا مشوية

المقادير:

- ½ 1 لتر ماء
- 125 جم زبدة
- 200 جم جبن جرانو بادانو
- 2 جم فلفل أسود مطحون
- 375 جم بولانتا مجففة
- 1 حزمة روزماري
- 5 جم ملح

الطريقة:

1. يوضع الماء على النار حتّى يغلي ثمّ تضاف البولانتا ببطء وتقلب باستمرار وتترك على النار لعدة دقائق.
2. تتبل بالملح والفلفل.
3. تقطع الزبدة والجبن إلى قطع صغيرة ثمّ يخلطا جيداً مع البولانتا.
4. تبطن صينية الخبز بطبقة من البلاستيك ثمّ توضع البولانتا.
5. تترك لتبرد في الثلاجة ليلة كاملة.
6. تقطع البولانتا إلى 12 شريحة.
7. تشوى الشرائح ثمّ تقدّم على طبق مع الروزماري.



www.rewity.com ARAYAHEEN
www.rewity.com ARAYAHEEN

http://chefadel55.ahlamontada.com/

www.rewity.com
ARAYAHEENA
www.rewity.com
ARAYAHEENA

البرجر الشرقي

المقادير:

البرجر:

300 جم من لحم الضأن المفروم
50 جم من البصل المقطع
10 جم من السماق
50 جم من السجق المقطّع
40 جم من الجبن الرومي شرائح
40 جم من الملفوف المبشور
2 رغيف من الخبز الشامي
40 جم من البصل الأخضر
20 مل من دبس الرمان

صوص الطماطم:

100 جم من الطماطم
20 جم من الزبدة
30 ملل من الكاتشب
40 جم من السكر
30 جم من البصل

الطريقة:

الصوص:

1. يوضع البصل والطماطم في قدر به زبدة على النار لفترة قصيرة.
2. يضاف السكر والكاتشب ويترك الخليط ليغلي ببطء حتّى يغلظ.

البورجر:

1. يخلط اللحم المفري في وعاء مع البصل ودبس الرمان والسماق.
2. يوضع الخليط على الشواية حتّى ينضج.
3. يوضع السجق في مقلاة على النار ويترك حتّى ينضج.
4. يفتح الخبز ويدهن بالصوص ويوضع داخله طبقة من الملفوف المبشور والطماطم.
5. يوضع البرجر، ثمّ توضع شرائح من الجبنة الرومي.
6. يقطّع السجق طولياً ويوضع فوقه.
7. يزين بالبصل الأخضر ويصبح جاهزاً للتقديم.

http://chefadel55.ahlamontada.com/

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^

برجر السالمون الصغير

المقادير:

250 جم سالمون طازج
100 جم سالمون مدخن
100 جم جمبري طازج
100 جم أصابع الكابوريا
½ كوب جزر مبشور
½ كوب كرنب مبشور
1 ملعقة كبيرة مايونيز
½ ملعقة صغيرة سكر
2 ملعقة صغيرة خل
رشة ملح

الطريقة:

1. يفرم السالمون الطازج والمدخن مع الجمبري والكابوريا.
2. يشكل الخليط على شكل أقراص ويدهن بزيت الزيتون ثمّ يُشوى على الشواية أو في المقلاة.
3. يغطى خلال عملية الطهي لضمان تسوية البرجر جيداً.
4. يقلب الجزر مع الكرنب.
5. يخلط المايونيز مع السكر والخل والملح ثمّ يصب فوق الجزر والكرنب لعمل سلطة الكولي سلو.
6. يشوى الخبز على المشواة.
7. يتمّ تجهيز ساندويتشات البرجر بوضع طبقة خبز وفوقها كمية من سلطة الكولي سلو ثمّ برجر السالمون وفلفل الهالابينيا الحار.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

المقادير:

كرات اللحم:

- 300 جم لحمة مفرومة
- 1 بصلة مفرومة
- 1 فص ثوم
- 1 ملعقة كبيرة بقدونس
- 1 ملعقة كبيرة بقسماط
- 1 حبة بيض
- ملح وفلفل اسود
- ½ ملعقة صغيرة قرفة
- رشة جوزة الطيب

شوربة:

- ½ كيلو لحم قطع
- 3 ملاعق كبيرة زيت زيتون
- 2 حبة بصل مفروم
- 2 فص ثوم
- 1 كوب حمص منقوع
- ½ كوب ورق كرفس
- 1 ربطة كزبرة طازجة مفروم
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- فلفل اسود
- 1 كوب مرق دجاج
- 1 ملعقة كبيرة فلفل أحمر حلو
- 4 حبات طماطم مفرومة
- 1 ملعقة كبيرة معجون طماطم
- فلفل اخضر حار
- 2-3 ملاعق فريك
- 1 لتر ماء

الطريقة:

1. تخلط كل مكوّنات كرات اللحم معاً وتشكّل إلى كويرات وتترك جانباً.
2. يوضع الزيت مع قطع اللحم والبصل والثوم ويقلى جيداً.
3. يضاف الحمص مع ورق الكرفس والكزبرة والبهارات وتضاف إليهم الطماطم المفرومة وكرات اللحم.
4. يضاف بعدها الماء ومعجون الطماطم ومرق الدجاج.
5. تترك على النار لتنضج ثمّ يضاف الفريك ويطبخ لمدة 15 دقيقة.
6. تضاف الكزبرة والفلفل الحار والنعناع اليابس (اختياري) ويقدّم.

شوربة فريك بكرات اللحم

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

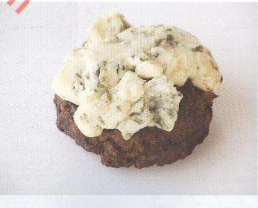
الأجبان

جبن سويسري

جبن جرويير

جبن التشيدر

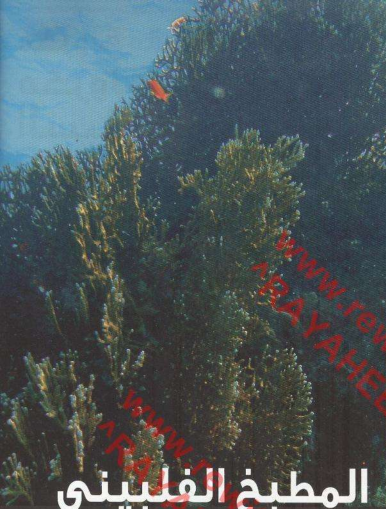
جبن البري



جبن الروكفور

جبن الماعز

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/



أكو فلورس

المطبخ الفلبيني

www.rewity.com
ARAYAHEENA
www.rewity.com
ARAYAHEENA

استخدم الفلبينيون الأوائل طرقاً بسيطة وسهلة للطهي مثل الشي والسلق والخبز في الفرن. وقد تطورت تلك الطرق والأطعمة المرتبطة بها عبر العصور بدءاً من أصولها الماليزية البولينيزيّة إلى الأسبانية والأمريكية والصينية والآسيوية مع التعديل عليها لتناسب الذوق والمكونات المحلية.

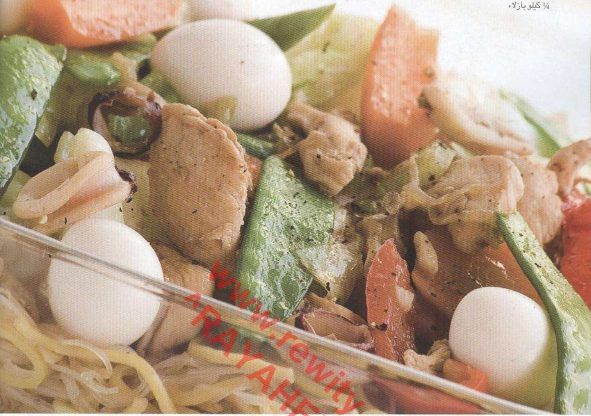
ويتناول الفلبينيون في العادة ثلاث وجبات رئيسيّة في اليوم: الأجاهان (إفطار) وتانجاهليان (غداء) وهابونان (عشاء) بالإضافة إلى وجبة خفيفة بعد الظهر إسمها ميرياندا. وتتنوع الأطباق الفلبينية من أطباق بسيطة مثل السمك المملح المقلي والأرز المطهي على البخار إلى البابيلا المعدة للتقديم في الأعياد والتي تعتبر من الأطعمة الفلبينية الأصيلة. وبغضّ النظر عن المستوى الإجتماعي للأسرة، فإن أفرادها يتطلعون دوماً إلى الإجتماع معاً في سعادة أثناء المناسبات مع الإطمئنان بوجود الأطباق الفلبينية المفضّلة لديهم على المائدة.

بالإضافة إلى ذلك، إبتكر الفلبينيّون في كلّ منطقة في الفلبين أطباقاً خاصةً بهم، إعتماداً على المكونات المتوفرة. وتشتهر مدينة بامبانجا التي أعيش فيها شمال الفلبين بصنع اللحم المحفوظ المسكر وطهيه ويعرف بالتوكينو واللونجانيسا. فإذا كان الطبق الفلبيني لذيذاً وشهياً وذو رائحة ذكية، فإنه بلا شك من مطبخ بامبانجا.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

المقادير:

1 عبوة نودلز بيهون
1 عبوة نودلز كانتون
3 صدور دجاج مقطّعة إلى شرائح
¼ كيلو حبار
3 فصوص ثوم مفروم
1 بصلة حلوة متوسطة الحجم ومقطّعة شرائح
½ حبة فلفل حلو أحمر وأخضر مقطّع شرائح
¼ كيلو فاصوليا
¼ كيلو بازلاء
1 عبوة ذرة صيني
1 جزرة مقطّعة شرائح
½ كيلو كرنب طازج
1 علبة بيض سمان محفوظ
¾ كوب صوص الصويا
2 كوب مرق دجاج
1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
3 ملاعق كبيرة زيت طعام



النودلز المشكّلة السوتيه (بانسيت جيسادو)

الطريقة:

1. يسخّن الزيت في مقلاة كبيرة ويشوّح الدجاج والحبار مع الثوم والبصل.
2. يضاف الفلفل الأسود المطحون وصوص الصويا ومرق الدجاج. يطهى الخليط وتضاف الخضروات وبيض السمان ويقلّب الخليط حتّى تنضج كل الخضروات تقريباً ثم تضاف النودلز وتقلّب حتّى تنضج.
3. يقدم الطبق مع الخضروات ويزيّن الوجه ببيض السمان.

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

كروكيه مينيون

مدة الإعداد: 30 دقيقة
يكفي أربعة أشخاص

المقادير:

4 خبز
4 بيضات صغيرة
30 جم زبدة حيوانية أو نباتية
4 حفنات صغيرة من جبن الجرويير المبشور
ملح وفلفل

الطريقة:

1. يسخن الفرن إلى 170 درجة مئوية.
2. يتمّ عمل تجويف داخل الخبز بواسطة سكين صغير مع الإحتفاظ بالقشرة الخارجية كما هي من دون شقوق. يغطى التجويف بالزبدة ويُنثر بالملح. يُرص في صينية الخبز ويدخل الفرن لمدة خمس دقائق.
3. يُخرج الخبز من الفرن ويتمّ كسر بيضة صغيرة داخل كل قطعة من الخبز. يضاف الملح والفلفل ورشة من جبن الجرويير المبشور. ترفع درجة حرارة الفرن إلى 200 درجة مئوية ويوضع في صينية الخبز ويدخل الفرن الحار لمدة 10-12 دقيقة حتّى ينضج بياض البيض.

http://chefadel55.ahlamontada.com/

أفخاذ الدجاج

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

المقادير:

- 400 جم خبز مختمر أبيض (توسكانو)
- 15 قطعة من أفخاذ الدجاج المغذى على الذرة
- 2 بيض بلدي مخفوق
- 4 فصوص ثوم مقشر ومقطّع قطعاً صغيرة
- 100 جم جبن جرانو بادانو (جبن إيطالي)
- 5 جم فلفل أسود مطحون
- 250 ملل حليب كامل الدسم
- 550 جم مرتديلا
- 2 جم جوزة الطيب مطحونة
- 150 جم بانتشيتا بقري
- ½ حزمة بقدونس مقطع ناعماً
- 5 جم ملح

الطريقة:

1. يوضع الدجاج على لوح تقطيع ويخلى من العظم.
2. يوضع التوسكانو في وعاء كبير بعد تقطيعه إلى مكعبات طولها 2 سم. يضاف إليه الثوم والبقدونس وجوزة الطيب والبيض المخفوق واللبن. تخلط المكونات جيداً ثمّ توضع في كيس حلواني.
3. تقطع المرتديلا إلى أعواد بنفس طول أفخاذ الدجاج وبسماكة 2 سم.
4. تتبل أفخاذ الدجاج بالملح والفلفل ثمّ يوضع الحشو في كيس حلواني ويضخ في خط مستقيم وسط قطع الدجاج المخلاة ثمّ توضع أعواد المرتديلا بطول الأفخاذ فوق الحشو.
5. تلف أفخاذ الدجاج بثني جزء من لحم الدجاج على الحشو ويتمّ لفها على شكل إسطوانة ويراعى إحكام الغلق.
6. يوضع الدجاج على لوح التقطيع ثمّ توضع شريحة رقيقة من البانشيتا البقري على الدجاج المحشي ثمّ يلف بخيط.
7. يوضع الدجاج في صينية خبز مدهونة بالزيت ويدخل فرن حرارته 190 درجة مئوية حتّى يحمّر الوجه.
8. يترك ليبرد ثمّ يقدّم.

http://chefadel55.ahlamontada.com/

شوربة بلح البحر بالصلصة البيضاء

مدة الإعداد: 20 دقيقة
تكفي 4 أشخاص

المقادير:

1 كيلو بلح بحر منظف جيداً
225 ملل عصير عنب أبيض
50 جم زبدة
1 بصلة مقشرة ومخرطة قطعا صغيرة
2 ملعقة صغيرة دقيق
1 ملعقة كاري معتدل
150 ملل مرق سمك أو دجاج
150 ملل كريمة
120 جم أوراق سبانخ مغسولة
6 ملاعق صغيرة ثوم معمر للتزيين

الطريقة:

1. ينقع بلح البحر طوال الليل في إناء به ماء وقليل من الملح في الثلاجة مع رش الدقيق على بلح البحر للتخلص من أي رمل أو حصى صغير عالق به.
2. بعد نقعه طوال الليل، يتمّ تصفيته في مصفاة تحت صنبور الماء ويترك تحت الماء الجاري البارد لعدة دقائق للتخلص من آثار الدقيق.
3. يوضع عصير العنب في قدر كبير مغطى على حرارة عالية حتّى يغلي.
4. يوضع بلح البحر سريعاً في القدر ويترك على النار لمدة 2-3 دقيقة مع تحريك القدر حتّى تتفتح جميع المحار. ينصح بعدم تركه على النار مدة طويلة حتّى لا يصبح قاسيا.
5. يصفى بلح البحر في مصفاة كبيرة ويوضع أسفلها وعاء لتجميع سائل الطهي. عندما يبرد بدرجة تسمح بالتعامل معه، يتمّ نزع اللحم من المحار ويوضع جانباً في إناء مع استبعاد كل بلح البحر الذي لم يتفتح محاره. يتمّ تصفية سائل الطهي باستخدام شاشة في وعاء ويحفظ جانبا.
6. في قدر آخر، تذاب الزبدة ويشوّح البصل حتّى يذبل ثمّ يضاف الدقيق والكاري ويتركوا على نار هادئة لعدة دقائق.
7. يضاف بعد ذلك سائل الطهي والمرق ويقلب الخليط جيدا ويترك لمدة 10 دقائق على نار هادئة.
8. تضاف الكريمة وتقلب حتّى تبدأ في الغليان ثمّ يضاف بلح البحر ليسخن مع باقي المقادير.
9. قبل تقديم الطبق مباشرة، تضاف السبانخ ثمّ تغرف الشوربة في أوعية تم تدفئتها. يرش على الوجه كمية وفيرة من الثوم المعمر وتقدّم مع الخبز المقرمش.

www.rewity.com ARAYAHEEN
www.rewity.com ARAYAHEEN
http://chefadel55.ahlamontada.com/

سارسيادونج السمك البلطي

www.rewity.com
^RAYAHEENA^

المقادير:

2 سمك بلطي
3 فصوص ثوم مفروم
1 بصلة متوسطة مقطّعة شرائح
4 حبات طماطم طازجة مقطّعة مكعبات
1 جزرة مقطّعة شرائح (حسب الرغبة)
1 ثمرة فلفل أحمر حلو مقطّعة شرائح
1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
1 كوب مرق دجاج
زيت للقلي

الطريقة:

1. يسخّن الزيت في مقلاة كبيرة ويقلى السمك على نار متوسطة حتّى يصبح مقرمشاً وذهبي اللون.
2. تسخّن كمية صغيرة من الزيت في قدر كبير ويحمّر الثوم والبصل مع التقليب حتّى يكون لونهما بنياً. تضاف الطماطم والفلفل الحلو والجزرة ومرق الدجاج والفلفل الأسود. يترك الخليط حتّى يغلي ثمّ يضاف السمك المقرمش المقلي.
3. يقدّم مع الأرز.

www.rewity.com
^RAYAHEENA^

http://chefadel55.ahlamontada.com/
www.rewity.com

لحم بقري بولالو

(بولالونج باكا)

المقادير:

1 كيلو موزة بقري مقطّعة دوائر
½ بصلة متوسطة مقطّعة إلى ثلاثة قطع
1 قطعة صغيرة من الزنجبيل الطازج مقطّعة شرائح
2 حبة ذرة مقطّعة إلى قطع متوسطة
1 ملعقة صغيرة فلفل أسود حب
6-8 كوب ماء

2 ملعقة كبيرة زيت
½ بصلة متوسطة مقطّعة شرائح
1 قطعة صغيرة من الزنجبيل الطازج مقطّعة شرائح
3 قطع بصل أخضر مقطع قطع صغيرة
1 جزرة مقطّعة شرائح
2 مكعب مرق لحم
2 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
1 كرنب صيني
1 ليمونة (حسب الرغبة)

الطريقة:

1. يغلى اللحم والذرة الحلوة والزنجبيل والبصل والفلفل الأسود في قدر كبير. يترك لمدة 20 دقيقة حتّى ينضج اللحم.
2. يُسخن الزيت في قدر كبير ويتمّ تشويح اللحم المسلوق مع الزنجبيل والبصل. يضاف بعد ذلك الذرة والجزر ومرق اللحم. يترك ليطهى على النار مع إضافة البصل الأخضر والفلفل الأسود المطحون والكرنب الصيني. يترك الخليط على النار حتّى يغلي ثمّ يقدّم.
3. يقدّم الطبق مع الأرز.

www.rewity.com ^ARAYAHEEN^
www.rewity.com ^ARAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/

فاصوليا وكوسة

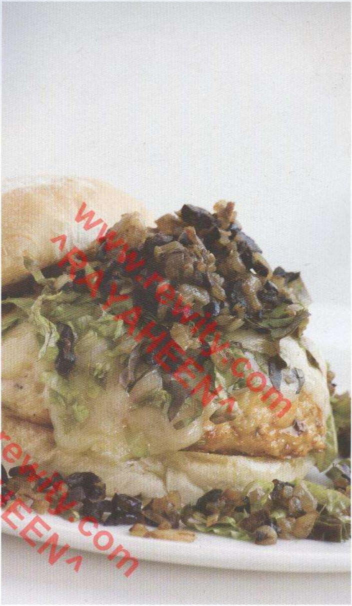
المقادير:

- 2 كيلو فاصوليا خضراء
- ½ 3 كيلو كوسة
- 500 مللي زيت زيتون بكر
- 50 جم ثوم مقشر مقطع
- 2 جم فلفل أسود مطحون
- 2 جم ملح طعام

الطريقة:

1. يقطع طرفا الفاصوليا الخضراء.
2. تقطع الكوسة إلى 3 أو 4 قطع بالطول ثمّ تقطع كل قطعة إلى 4 – 6 قطع حسب الحجم.
3. تطهى الفاصوليا الخضراء في كمية كبيرة من الماء المغلي المضاف إليه الملح ثمّ توضع في ماء مثلج.
4. تكرر نفس العملية مع الكوسة.
5. تصفّى الفاصوليا الخضراء والكوسة.
6. تخلط الفاصوليا الخضراء والكوسة مع الزيت والثوم المقطّع ويتبّل حسب الرغبة ثمّ يقدّم.

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
www.rewity.com



راشيل راي

برجر الفراخ بالطريقة البروفنسال مع بصل البيزالاديار

http://www.foodnetwork.com/recipes/rachael-ray/provencal-chicken-burgers-with-pizzaladiere-topping-recipe/index.html

المقادير:

2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر
(كل ملعقة في وعاء)
1 ملعقة كبيرة زبدة
2 بصلة كبيرة مقطعة شرائح رفيعة جدا
ملح وفلفل مطحون طازج
½ كوب زيتون أسود منزوع البذور ومقطع (نيسواز أو كالاماتا)
1 ملعقة كبيرة معجون سمك الأنشوجة
500 جم لحم فراخ مفروم
1 ملعقة كبيرة أعشاب البروفانس الجافة
1 ملعقة صغيرة شمر حب
2 ملعقة صغيرة بشر ليمون
2 فص ثوم مفروم أو مقطع شرائح رفيعة
4 شرائح جبن سويسري
4 خبز مقرمش مقطع ومحمص
4 ورقات خس أحمر أو أخضر
رقائق بطاطس للتزيين

الطريقة:

1. يوضع زيت الزيتون مع الزبدة في مقلاة على حرارة متوسطة. يضاف البصل ويتبل بالملح والفلفل. يشوح البصل لمدة 20 دقيقة حتى يحمر ثم يضاف الزيتون ومعجون الأنشوجة ويقلب الخليط ويترك على النار دقيقتين ثم يرفع من على النار.
2. أثناء فترة تشويح البصل، يُخلط لحم الدجاج مع أعشاب البروفانس والشمر وبشر الليمون والثوم والملح والفلفل. تُسخن ملعقة زيت زيتون في مقلاة لايلتصق بها الطعام على حرارة متوسطة. يُشكل الخليط الى أربعة أقراص ويُحمر كل وجه لمدة 6 دقائق. توضع شرائح الجبن السويسري على البرجر في آخر دقيقتين من وقت التسوية حتى تذوب. تغلف البرجر بورقة فويل لإذابة الجبن. يوضع البرجر على الخبز ويقدم بعد تزيين وجهه بالخس والبصل المحمر. يقدم مع رقائق البطاطس.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

تكملة الأطباق الرئيسية:

81 الجمبري بالعسل وصوص المحار

82 النودلز المشكلة السوتيه

83 بنيني ياهانج مانوك

84 بيناكبت

85 سارسيادونج السمك البلطي

46 برجر ألتون براون

49 برجر نايجيلا لوسن

37 البرجر بكل ما يحلو لك من الإضافات

45 بامبرجر إيمبريل

42 البرجر الشرقي

40 ساندوتش سلوبي جو

39 برجر بالفطر

35 برجر بدبس الرمان

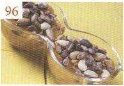
38 برجر فطر البورتوبيلو

44 برجر راشيل راي

41 برجر السالمون

40 برجر ضأن صغير الحجم

الحلويات:


96 قمر الدين

95 عاشورة

97 البرازق

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

ديك رومي مكسيّ بالعسل في الفرن

مدة الإعداد: 4 ساعات
يكفي 12 شخصاً

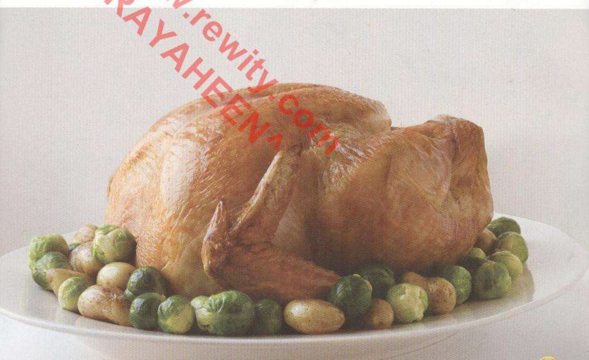
المقادير:

- 4 ثمَرات ليمون حامض يضغط عليها لتسهل عصرها
- 1 ديك رومي زنة 7 كيلو مغسول ويجفف بمنشفة مع التخلص من الكبد والقوانص والعنق
- ½ كوب زبدة غير مملحة مذابة
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل
- 4 أكواب مرق دجاج
- 1 ورقة غار
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أسود حب
- ¼ ملعقة صغيرة شمر حب
- 2 مسمار قرنفل
- ½ كوب عسل
- 6 ملاعق كبيرة دقيق

الطريقة:

1. يسخن الفرن إلى 180 درجة مئوية.
2. باستخدام شوكة، يثقب الليمون الحامض من كل الجوانب ثم يوضع داخل الديك الرومي وباستخدام الخيط، تُكتف أفخاذ الديك معا.
3. يوضع الديك على صينية فرن مزودة بشبكة ويُدهن الديك باستخدام فرشاة ببعض الزبدة المذابة وينثر عليه الملح والفلفل.
4. يغطى بورق الفويل دون إحكامه ويترك في الفرن من 3 - 4 ساعات أو حتّى يصل ميزان الحرارة المغروس في أغلظ جزء في فخذ الديك الى 160 درجة مئوية ويتمّ تسقية الديك بالسائل المتبقي من الديك في الصينية وكذلك الزبدة المذابة مع الاحتفاظ بملعقة واحدة كبيرة من الزبدة جانبا. (يبدأ الديك في فرز عصارته بعد ساعتين من بدء الطهي).
5. يتمّ غلي مرق الدجاج في قدر ثمّ يضاف إليها ورقة الغار والفلفل والشمر والقرنفل ويتركوا على نار هادئة لمدة 10 دقائق. يترك المرق ليبرد ثمّ يصفّى في وعاء زجاجي مدرج. يخلط في كوب ملعقة كبيرة من المرق وملعقة كبيرة من العسل مع ملعقة الزبدة المتبقية ويدهن الديك بهذا الخليط.
6. يستمر طهي الديك في الفرن ساعة أخرى أو حتّى يصل ميزان الحرارة الى 170 درجة مئوية. يخرج الديك ويوضع في طبق تقديم كبير ثمّ يُزال الخيط والليمون الحامض ويترك الديك في مكان دافيء.
7. باستخدام مصفاة، يتمّ تصفية عصارة الديك وتوضع في وعاء المرق. يُزال الدهن مع الاحتفاظ بربع كوب فقط منه. يُعصر ربع كوب عصير من الليمون الحامض.
8. توضع صينية الديك على شعلتين على سطح الموقد ويوضع على حرارة متوسطة ويصب فيه ربع كوب الدهن مع الدقيق ويخفقا معا حتّى يتجانس الخَليط ويبدأ في الغليان.
9. يصب خليط المرق بالتدريج مع الخفق وتكشط جوانب القدر حتّى تذوب الأجزاء العالقة بالصينية.
10. يضاف عصير الليمون الحامض وأي سوائل أخرى متبقية من طهي الديك ويترك ليغلي مع الخفق لمدة 5 دقائق أو حتّى يغلظ القوام.
11. يقدّم الديك مع الصوص.

www.rewity.com
^ARAYAHEEN^
www.rewity.com
^ARAYAHEEN^



http://chefadel55.ahlamontada.com/

برجر آلتون براون جود إيتس

http://www.foodnetwork.com/recipes/alton-brown/mini-man-burgers-recipe/index.html

www.rewity.com ^RAYAHEEN^

المقادير:

½ ملعقة صغيرة بودرة بصل
½ ملعقة صغيرة بودرة ثوم
½ ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون طازج
½ ملعقة صغيرة ملح
1 رطل لحم الكتف مفروم
8 خبز برجر (10 سم) مستدير أو رولز مقطّع أنصاف
2–3 ملاعق كبيرة مايونيز

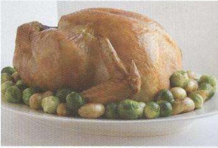
الطريقة:

1. يسخن الفرن إلى 125 درجة مئوية وتسخن شواية الفرن إلى 175 درجة مئوية.
2. في وعاء صغير، تُخلط بودرة البصل مع بودرة الثوم والفلفل والملح ثمّ تترك الخلطة جانباً.
3. تفرش ورقة خبز على صينية خبز أو صاج ويوضع اللحم المفروم في وسط الصينية. يغطى اللحم بطبقة من البلاستيك. يفرد اللحم باستخدام مرقاق حتّى يتوزع على سطح الصينية بأكملها على أن تكون طبقة اللحم رفيعة للغاية. تُزال طبقة البلاستيك وترش الخلطة على اللحم. يطوى اللحم إلى نصفين من جانب إلى الآخر باستخدام ورقة الخبز ثمّ تستخدم عجلة تقطيع البيتزا لتقطيع كمية اللحم إلى ثمانية مربعات متساوية الحجم.
4. يلف الخبز في ورق ألامينيوم ويوضع في الفرن من 5–10 دقائق. وفي هذه الأثناء، يوضع البرجر على الشواية ويشوى كل وجة لمدة 2–3 دقائق.
5. يخرج الخبز من الفرن وتدهن كل قطعة منه بكمية صغيرة من المايونيز. يوضع فوقه البرجر وأي إضافة أخرى حسب الرغبة ويقدّم.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

المحتويات

مقالات ووصفات

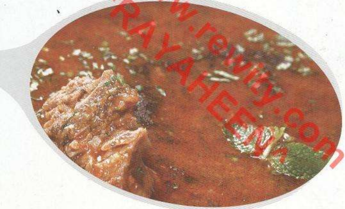


الأعياد:

إحتفل بالإجازات مع وصفات أندرو الخاصة والتي يشاركنا بها لجعل الأعياد أكثر مرحاً. 53

البرجر:

من لا يحب البرجر؟ إكتشف وأبدع طرق عديدة وجديدة للبرجر: البرجر العربي، برجر الضأن، برجر دبس الرمان، البرجر النباتي، وبرجر الأسماك والدواجن بالإضافة إلى الصوصات المختلفة والجبن والإضافات العديدة. 34

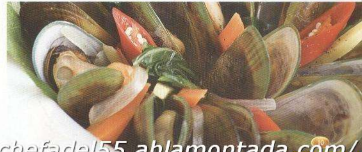


الشوربات:

تشاركنا حورية العديد من الشوربات المغذية واللذيذة لتدفئتنا في فصل الشتاء. فاسترخوا ودعوا حورية تبعث بكم الدفء. 22

المطبخ الفلبيني:

يشارككم إيكو مساعد الطهاة وصفاته ووصفات والدته المفضلة من الفلبين. ويشاركنا أيضا بوصفات من إختراعه. استمتع بمشاهد ونكهات هذا المطبخ المثير. 76



http://chefadel55.ahlamontada.com/

الحلويات العربية:

تستحوز الحلويات العربية على حيز كبير من حاسة التذوق لدينا. فعندما تتذوقها فإنك لن تستطيع التوقف عن أكلها. 89

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

كارلوتشيو:

قمنا بزيارة مطعم كارلوتشيو ونزودكم بالعديد من وصفاتهم اللذيذة. 64

الأبواب:

كلمة الناشر

كلمة المحرر

قائمة الوصفات: الطريقة السهلة للتعرف على صفحة الوصفة المختارة بالصور. 12

فتافيت أكاديمي: تعلم كيفية صنع المكرونة في المنزل. ثلاثة أنواع من المكرونة مصورة خطوة خطوة. 99

كتاب العدد: نشاركم بوصفتين من أجمل كتب الشوكولاتة، "الكتاب الذهبي للشوكولاتة". 106

نبذة عن كتاب: "المقادير" هو كتاب عن الطعام. مجموعة متنوعة من المكونات – من العادي الى الغريب – موصوفة وموضحة بالصور. 104

وصفات القراء: 11 وصفه حلويات من قرائنا. 108

http://chefadel55.ahlamontada.com/
www.rewity.com

شوربة البصل

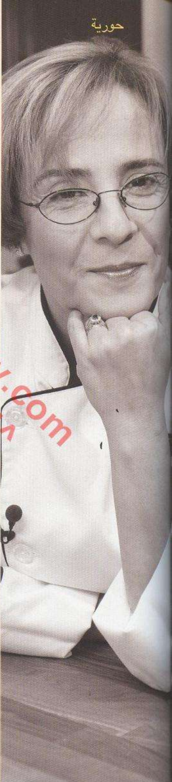
المقادير:

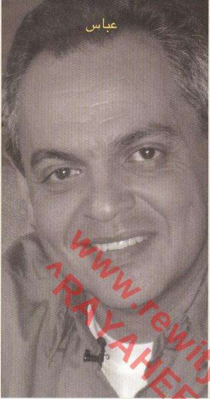
4 حبات من البصل
1 فص ثوم
3 ملاعق كبيرة من الطحين
2 ملعقة كبيرة من الزبدة
4 كوب من مرق الدجاج
1 ملعقة كبيرة من الكريمة الحامضة أو الخل البلسمي
¼ ملعقة صغيرة من الملح
½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
رشة من جوزة الطيب
شرائح من الخبز الفرنسي المحمص
جبن البارميزان
جبن الإمنتال

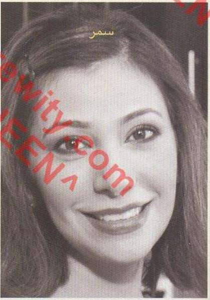
الطريقة:

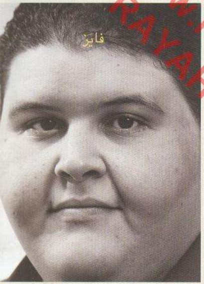
1. يقلى البصل والثوم في الزبدة في قدر على النار مع قليل من الملح والفلفل ثمّ يضاف الطحين إلى القدر مع إستمرار القلي والتحريك.
2. يضاف مرق الدجاج ويغطى القدر ويترك على النار لمدة 40 دقيقة.
3. تضاف الكريمة الحامضة إلى الخليط وجوزة الطيب ويرفع الخليط من على النار.
4. يقدّم مع شرائح من الخبز الفرنسي المحمص بالجبن في الفرن.
5. يمكن تقديم الشوربة في أطباق شوربة فردية وتغطى بالخبز والجبن ثمّ تُوضع في الفرن تحت المشواة لمدة 5 دقائق.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/



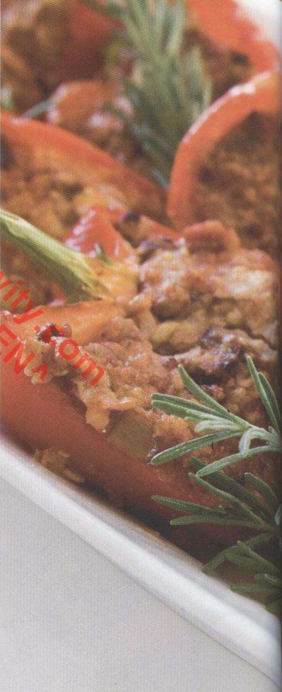






نجوم فتافيت

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/



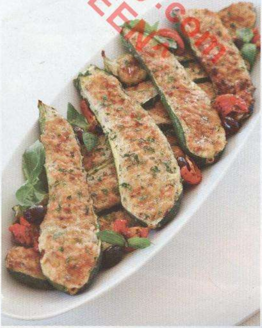
كوسة محشية

المقادير:

400 جم خبز مختمر أبيض مقطّع شرائح
1 كيلو كوسة
1 بيض بلدي
5 جم ثوم مقشر
40 جم جبن جرانو بادانو
3 جم فلفل أسود مطحون
150 جم بارما ريسيرفا بقري
75 جم جبن بيكورينو ساردو
75 جم جبن بروفولون
6 جم ملح طعام

الطريقة:

1. تفرّغ الكوسة وتقطّع.
2. يبلّل الخبز ببعض الماء.
3. يصفّى الخبز من الماء الزائد ثمّ تخلط جميع المكونات معاً.
4. يتبّل بالملح والفلفل.
5. يوضع الخليط فوق الكوسة.
6. توضع في فرن حرارته 200 درجة مئوية لمدة 25 دقيقة.



www.rewity.com ^RAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^

بامبرجر إيميريل

http://www.emerils.com/recipe/3584/Bamburgers

المقادير:

500 جم لحم الظهر بقري مفروم
1 ملعقة كبيرة من الفجل الحار الجاهز
1 ملعقة كبيرة ثوم مفروم
1 ملعقة صغيرة ملح
½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون الطازج
4 شرائح جبن هافارتي (حوالي 50 جم لكل منها)
4 خبز بنكهة البصل أو كايزر مقطّع نصفياً
2 ملعقة كبيرة زبدة غير مملحة بدرجة حرارة الغرفة
إضافاتك المفضلة للبرجر مثل المايونيز والمسطردة وشرائح البصل الأحمر والكاتشب

الطريقة:

1. تسخن شواية الفحم أو شواية كهربائية أو تسخن مقلاة كبيرة على حرارة متوسطة.
2. يخلط اللحم البقري والفجل الحار والثوم والملح والفلفل في إناء متوسط الحجم. يخلط برفق ولكن جيداً. يقسم المقدار إلى 4 أقسام متساوية وتشكّل على هيئة كور ثمّ يضغط عليها برفق حتّى تصل سماكة الأقراص إلى 2 سم.
3. يشوى البرجر أو يطهى في مقلاة لمدة دقيقتين. تقلب أقراص البرجر وتوضع شريحة الجبن على كل قطعة برجر. يطهى لمدة دقيقتين أخرتين للوصول الى درجة نضج متوسطة أو لمدة أطول حسب الرغبة. يُنقل إلى طبق تقديم كبير.
4. يدهن نصفا الخبز بالزبدة. يوضع الخبز على الشواية أو في المقلاة لمدة 30 ثانية. ثمّ يوضع البرجر على الخبز ويقدّم فوراً مع الإضافات المفضلة.
5. يكفي لأربعة أشخاص.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

تفاح بون فام بالفرن

مدة الإعداد: 35 دقيقة
تكفي 4 أشخاص

المقادير:

4 تفاحات مقشرة ومنزوعة البذر ومجوفة
40 جم زبدة
4 ملاعق كبيرة سكر بودرة

الطريقة:

1. يُسخن الفرن إلى 200 درجة مئوية.
2. يوضع 10 جم زبدة في قلب كل تفاحة.
3. يدهن التفاح ببقية الزبدة.
4. يُرش التفاح بالسكر ويوضع في صينية خبز.
5. تُوضع الصينية في الفرن من 20–30 دقيقة حتّى يحمر التفاح.
6. يُقدم مع الأيس كريم.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

البرجر الطعام الرغد

نرمين هنو

يعد البرجر سيد الأطعمة الرغدة. فهو بمثابة وجبة كاملة تتناول فيها قائمة طعام كاملة مع كل قضمة. فالبرجر قد يحتوي على السلطة والخضروات والشويات والبروتين وغيره وذلك حسب الأختيار. وما لا يتضمنه البرجر فهو الحلوى.

وتختلف أنواع البرجر بدءاً من البرجر الشعبي الرخيص الثمن والذي يضاف إليه البطاطس أو فول الصويا أو البقسماط للتقليل من كمية اللحم المستخدمة، إلى برجر الذواقة باهظ الثمن والذي يباع بـ1000 دولار، نعم 1000 دولار للبرجر وهو مكون من اللحم البقري من نوعية أبقار الجوجي وكبد الإوز والكمأة. ولكن لايحتاج المرء أن يذهب إلى أقصى الحدود للحصول على البرجر المثالي.

ونتيجة لزيادة الوعي الصحي وبسبب طرق المعاملة الغير إنسانية للحيوانات المنتجة للحوم من بعض شركات تصنيع اللحوم، أحجم الكثيرون عن تناول البرجر البقري مما أفسح المجال لظهور البرجر للنباتيين وبرجر السمك وبرجر الديك الرومي وبالتالي فقد توسع مفهوم البرجر ولم يعد قاصراً على اللحوم الحمراء فقط.

ويعطي الخبز أيضا فارقاً كبيراً في طعم البرجر. فطعم البرجر يختلف إذا ما أكلته مع الخبز بالسمسم أو المافن الإنجليزي أو الفوكاتشيا أو التشيباتا أو البيجل وغيرها من الأنواع التي تضيف إلى نكهة البرجر. ولا يجب أن ننسى الجبن أيضا فهو يضيف مذاقاً جميلاً سواءً إستخدمنا الجبن السويسري أو الامنتال أو المونتري جاك أو الجبن الروكفور أو حتّى البري والجبن البارميزان فجميعهم يضيف طعما رائعا للبرجر. هذا إلى جانب الإضافات التي تمنح نكهة ورائحة شهية للبرجر وزيادة الملمس المتنوع مثل الخس المقرمش والطماطم النضرة وعصارة البيكون البقري وصوص الشطة والفطر والبصل المشوي والطماطم المجففة وفلفل الهلابينيا الحار والكثير غيرها.

ويمكن استخدام أنواع متعددة من اللحم البقري لصنع البرجر. يتألف اللحم المفروم الجاهز من بقايا أنواع مختلفة من اللحوم وغالبا مايحتوي على نسبة عالية من الدهون. ومن الممكن أن يحضر الجزار اللحم البقري المفروم من أحسن أنواع اللحوم لصنع البرجر. وهناك أنواع مختلفة من اللحم التي تعطي نتائج جيدة عند تصنيع البرجر ومنها الضلع والظهر والكتف والفخذ وغيرها واستخدام صنفين أو أكثر منهم في تصنيع البرجر يمنحه مذاقاً رائعاً. وغالبا مايتمّ تتبيل معظم أنواع البرجر بالملح والفلفل فقط ويتمّ شيه على الفحم أو على الشواية الكهربائية أو تسويته بالفرن أو تحميره كما يتمّ أحيانا طهيه على البخار.

يمكن إضافة العديد من المكونات للبرجر لجعله يكتسب مذاقاً كالمكسرات أو ليعزز مذاق اللحم كما من الممكن أن يعطيه ما يسمى بطعم "الأومامي" أو المعتق. ففكروا في إضافة اللحم المعتق أو لحم الضأن أو الفطر المجفف أو حتّى مغلف شوربة بصل إلى خليط البرجر .وفكروا أيضا في طهي البرجر مع الزبدة المنكهة بالأعشاب أو مع حشوه بجبن حسب الإختيار ليذوب بداخل البرجر أثناء طهيه. إذا فضلتم طعما آسيوياً للبرجر، فمن الممكن إضافة صوص الترياكي أو الواسابي أو عشب الليمون إلى خلطة البرجر.

البرجر بلاشك أحد أكثر الاطعمة المحببة لدينا جميعاً مهما إختلفت طريقة إعداده وتناوله سواء كان من الوجبات السريعة التحضير أو على الطريقة المنزلية، من المعد بدون شكل جمالي أو المعد للذواقة، من المعد بالشارع أو في أكثر المطاعم فخامة، من المحتوي على دهون قليلة أو كثيرة، ومن السادة أو بالكثير من الإضافات. فسيظل البرجر هو البرجر الذي نحبه جميعاً، مهما إختلفت صفاته، ولكل منا طريقته المفضلة لتناول البرجر والإختيارات بلا نهاية.

www.rewity.com ARAYAHEEN

http://chefadel55.ahlamontada.com/

دجاج أدوبو

(أدوبونج مانوك)

المقادير:

- 1 كيلو دجاج
- 1 بصلة حمراء متوسطة مقطعة أربع قطع
- 3 فصوص ثوم مفروم
- 2 ورقة غار
- 1 ملعقة صغيرة فلفل أسود حب
- 1 كوب خل
- ¾ كوب صوص الصويا
- 1 مكعب مرق دجاج
- 1 كوب ماء

- 2 ملعقة كبيرة زيت طعام
- 2 فص ثوم مفروم
- 1 بصلة متوسطة مقطعة شرائح
- 1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
- 2 ملعقة كبيرة سكر (حسب الرغبة)

للتزيين:

- شرائح جزر
- شرائح فلفل أحمر حلو

الطريقة:

1. يوضع في قدر كبير الدجاج والبصل والثوم وورق الغار والفلفل الأسود الحب والخل وصوص الصويا ومكعب مرق الدجاج والماء. توضع المكونات على النار حتّى ينضج الدجاج.
2. يسخّن الزيت في قدر على حرارة متوسطة. تشوّح الدجاجة مع الثوم والبصل حتّى تحمّر الدجاجة. يضاف بعد ذلك الفلفل والصوص وتترك على النار حتّى يتشرّب الدجاج بالصوص.
3. يقدّم الدجاج مع الأرز.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

المقادير:

2 كيلو دقيق
½ كيلو سكر
24 بيضة
1 ملعقة فانيليا
6 ملاعق بيكنج باودر
5 علب لبن مركز
جبن شيدر مقطعة إلى مكعبات صغيرة
زبدة حيوانية أو نباتية
ألوان طعام متنوعة (إختياري)

الطريقة:

1. يخفق البيض في وعاء كبير مع السكر واللبن والفانيليا ثمّ يضاف الدقيق والبيكنج باودر. يقلب الخليط حتّى يتجانس ثمّ يغطى ويوضع في البراد ليلة كاملة.
2. يتمّ دهن قوالب الكاب كيك بالزبدة.
3. يصبّ الخليط في القوالب ويوضع في حلة بخار من 10-15 دقيقة. يوضع الجبن على الوجه في نصف مرحلة الإستواء.
4. يقدّم مع الشاي الساخن أو القهوة.

كيك الفليسيداد
بوتو

يام بنفسجي
(هااليانج يوبي)

www.rewity.com
RAYAHEEN

الطريقة:

1. في وعاء كبير، يخلط جوز الهند المبشور مع الماء الساخن حتّى يمتص جوز الهند الماء تماماً. يعصر جوز الهند لعمل لبن جوز الهند.
2. يترك لبن جوز الهند ليغلي على حرارة متوسطة حتّى يصير زيتا ثمّ يتحول إلى جزيئات صغيرة بنية اللون. (تسمّى لاتيك في اللغة الفلبينية).
3. يغسل الأرز وينقع مع الماء في إناء كبير ليلة كاملة. يصفّى ويطحن.
4. في قدر كبير وعلى حرارة هادئة، يتمّ خلط البطاطس مع الأرز المطحون والسكر والحليب الطازج والفانيليا والجبن المقطّع شرائح والزبدة ويقلب من آنٍ لآخر لمدة من ساعة لساعتين.
5. تدهن صينية التقديم بالزيت ثمّ تصبّ البطاطس ويصبّ فوقها اللاتيك.
6. يقدّم.

المقادير:

5 كيلو بطاطس بنفسجية مسلوقة ومقشرة ومبشورة
1 كيلو أرز مرتفع اللزوجة مطحون (إختياري)
½ 2 كيلو سكر
3 لتر حليب طازج
6 عبوات حليب مركز
3 عبوات صغيرة فانيليا
1 كوب جبن شيدر
1 قالب كبير زبدة حيوانية أو نباتية
1 كيلو لب جوز الهند الطازج المبشور

http://chefadel55.ahlamontada.com/

http://chefadel55.ahlamontada.com/

www.rewity.com
^ARAYAHEEN^
www.rewity.com
^ARAYAHEEN^

شوربة الشوفان بالخضار

المقادير:

3 ملعقة زيت الزيتون
1 بصل مقطع قطعاً صغيرة
1 جزر مقطع قطعاً صغيرة
1 بطاطس مقطعة قطعاً صغيرة
قطعة كرفس 1
1 فص ثوم
1 كوب ذرة معلب
3 ملاعق كبيرة كزبرة طازجة مفرومة
2 ملعقة بقدونس مفروم
4 ملاعق كبيرة شوفان
6 أكواب مرقة دجاج
½ ملعقة صغيرة ملح
فلفل أبيض أو أسود حسب الرغبة
1 قطعة فلفل أحمر حار (اختياري)
2 ملعقة كبيرة صويا صوص (اختياري)
¼ كوب عصير الليمون أو كريمة حامضة
1 ملعقة صغيرة شمر

الطريقة:

1. تقلى الخضروات معاً في الزيت مع الملح والفلفل الأبيض أو الأسود لمدة دقيقتين.
2. يضاف اليها مرق الدجاج وحبات الشمر وتترك على النار الى أن تنضج ثمّ تضاف الكزبرة.
3. يؤخذ مقدار كوب من هذا المرق ويخلط فيه الشوفان.
4. يضاف الى باقي المرق ويخلط ويترك على نار هادئة لمدة ١٠ دقائق.
5. يضاف بعدها عصير الليمون أو الكريمة الحامضة ويزين بالبقدونس والكزبرة وتقدم.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

تكملة الحلويات:

91
جربوش

96
حلاوة الرز

98
كعب غزال

92
كنافة بالجبنة

92
المعمول بالشوفان

91
البوظة في كوب البقلاوة

94
الزلابية

63
تفاح بون فام بالفرن

86
كيك الفليسيداد

86
يام بنفسجي

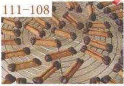
87
سلطة باندان جوز الهند

87
سابين - سابين

107
ماركيز الشوكولاتة

106
كيك طبقات الشوكولاتة بكرات الشوكولاتة

وصفات القراء


111-108

خطوة خطوة:

100
مكرونة بالدقيق

101
مكرونة بالسميد

102
مكرونة بالكاكاو

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

بنيني ياهانج مانوك

المقادير:

- 1 كيلو دجاج مقطّع إلى قطع متوسطة الحجم
- 3 فصوص ثوم مفروم
- 1 بصلة متوسطة مقطّعة شرائح
- ½ ثمَرة فلفل أحمر حلو مقطّعة شرائح
- 500 ملل عصير أناناس
- 1 علبة أناناس شرائح
- 1 جزرة مقطّعة شرائح
- ½ ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
- 1 مكعب مرق دجاج
- 2 ملعقة كبيرة زيت طعام

الطريقة:

1. يسخّن الزيت في قدر متوسط ويشوّح الدجاج مع البصل والثوم.
2. يضاف عصير الأناناس ومرق الدجاج ويترك الخليط ليغلي حتّى يتشرب الدجاج العصير ثمّ يضاف الفلفل الأحمر وشرائح الأناناس والجزر والفلفل الأسود. يترك على النار لمدة ثلاث دقائق.
3. يرفع من على النار ويقدّم مع الأرز.

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

www.rewity.com
^ARAYAHEEN^
www.rewity.com
^ARAYAHEEN^

شوربة الجمبري

المقادير:

300 جم من الجمبري المنظف
2 حبة طماطم طازجة
3 فصوص من الثوم المفري
2 ورقة من أوراق الغار (ورق لوري)
1 ملعقة كبيرة من الزعتر
2 حبة من البصل الأخضر أو البصل الأسباني
2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
3 ملاعق كبيرة من أرز أو مكرونة صغيرة أو لسان عصفور
1 لتر من المرق
1 ملعقة كبيرة من معجون الطماطم
1 كوب من الكزبرة المفرومة
½ ملعقة صغيرة من الملح
½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
شرائح من الليمون للتزيين أو الشبت

الطريقة:

1. يوضع المرق في قدر على النار مع الثوم والغار والزعتر والجمبري والماء والطماطم الطازجة.
2. يترك لينضج ثمّ يصفّى الجمبري وتطحن باقي المكونات مع المرق.
3. وفي قدر آخر يقلى البصل بالزيت ويضاف عليه المرق مع معجون الطماطم ويغلى قليلا ثمّ تضاف إليه المكرونة والكزبرة والملح والفلفل الأسود ويترك لينضج 7 دقائق تقريباً.
4. تقدّم الشوربة مع الليمون والكزبرة وحبات الجمبري.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

برجر
بدبس الرمان

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

المقادير:

1 كيلو لحم ضأن مفروم
¼ كوب بصل محمر
2 ملعقة كبيرة بقسماط متبل
2 ملعقة كبيرة أعشاب مشكلة
¼ كوب دبس الرمان
ملح ليمون حسب الرغبة
متبل أو بابا غنوج
باذنجان شرائح ومقلي
فلفل أخضر شرائح ومقلي

الطريقة:

1. تخلط أول 6 مقادير وتشكّل إلى أقراص البرجر.
2. تشوى حتّى تمام الإستواء.
3. تقدّم في عيش شامي فوق المتبل أو البابا غنوج.
4. يوضع فوقها الباذنجان والفلفل الأخضر.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

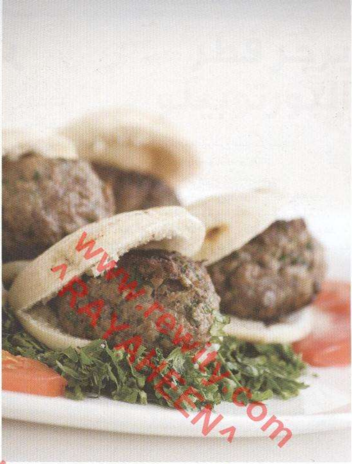
ساندوتش سلوبي جو من آندرو

المقادير:

600 جم من اللحم البقري المفروم
200 ملل من صلصة الطماطم
120 جم من الفلفل الأحمر المقطع قطعاً صغيرة
120 جم من الفلفل الأخضر المقطع قطعاً صغيرة
80 جم من البصل المقطع قطعاً صغيرة
20 جم مسحوق الفلفل الأحمر الحلو
4 قطع من الهامبورجر (مطهية وفي ساندوتش)

الطريقة:

1. يسخن زيت الزيتون في قدر على النار ويشوح فيه اللحم المفروم حتى يتحمّر.
2. يضاف إلى اللحم البصل والفلفل الأخضر والأحمر.
3. يضاف إلى الخليط مسحوق الفلفل الحلو وصلصة الطماطم ويترك الخليط ليغلي برفق على النار لمدة دقيقتين.
4. يرفع الخليط من على النار ويوضع فوق أقراص الهامبورجر.
5. ويصبح الساندوتش جاهزاً للتقديم.



برجر ضأن، صغير الحجم

المقادير:

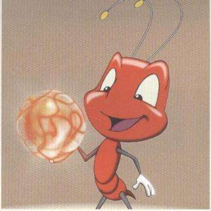
400 جم من اللحم المفروم
½ كوب من البصل المقطع تقطيعاً ناعماً
½ كوب من البقدونس المقطع تقطيعاً ناعماً
1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
1 ملعقة صغيرة من القرفه
½ ملعقة صغيرة من الكزبرة
½ ملعقة صغيرة من حب الهال
ملح وفلفل

الطريقة:

1. تُمزج جميع المكونات.
2. تُشكل إلى أقراص برجر صغيرة الحجم، وتُشوى.
3. تُوضع في خبز عربي صغير الحجم.
4. يزين باللبن الزبادي والخيار والجبن الفيتا وشرائح الطماطم (إختياري)

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.KENYTY.COM



كلمة الناشر

هنالك قول عربي قديم يقول أن العربيّ إذا قام بزيارة الغرب فقد يموت من الجوع!

وهنالك جزء من مزحة مفادها أن الزائر الغربي الذي يزور الشرق الأوسط لن يتمكن من ركوب الطائرة للعودة الى بلده بسبب الزيادة المفرطة في وزنه، خاصةً إذا طالت مدة زيارته.

والحكمة من وراء ذلك أنه بخلاف ما قد يفعله العرب، فإن الأجانب يكتفون بالطلب من ضيوفهم تناول حصة إضافية من الطعام مرة واحدة فقط وبأدب. فإذا رفض الضيف أو قال "لا شكراً" اعتبر الموضوع منتهياً. ولن يعاودوا السؤال مرة أخرى إحتراماً منهم لرغبة ضيوفهم.

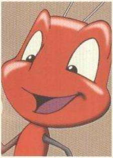
أما في العالم العربي، فإنه من الأدب (ومن المتوقع كذلك) أن يجيب الضيف بكلمة "لا" في المرة الأولى، ثم "لا شكراً" في المرة الثانية، وفي المرة الثالثة "لقد اكتفيت، الحمد لله، حقاً لا يمكنني أكل المزيد" أو "الطعام لذيذ جداً ولكن شكراً"، أمّا في المرة الرابعة فيقبل راضخا. إن المسألة ليست مسألة عادات وتقاليد، بل إن الأمر يتعلق بكون الطعام العربي، في رأيي، لا يقاوم، أضف الى ذلك الحاجة الشديدة الى التحلي بالأدب.

ما نراه اليوم في عالم المطاعم في الغرب من تقديم الوجبات بحصّة كبيرة للغاية، حصّة لا يمكن للفرد البالغ تناولها بالكامل، ما هو إلا طريقة للتقرّب من ثقافتنا في الشرق الأوسط، ثقافة الوفرة. حضارتنا حضارة الكرم وحسن الضيافة، حسن الضيافة النابعة من القلب. لا يمكن لسُفرتنا أبدا أن تقتصر على صنف واحد فقط، لا بل ثلاثة الى أربعة أصناف، وليكن الله في عونكم لو قمتم بزيارتنا خلال شهر رمضان حيث قد تشهد المائدة من ستة الى سبعة أصناف مختلفة على الأقل.

لذا، ما يزال الطعام يمثل تجربة يومية ممتعة وليس شيئاً نقوم به على عجلة ولا شيئا نفعله من دون حسبان.

يشكّل الطعام جزءاً أساسياً من أسلوب حياتنا وهو وسيلة للتجمع مع بعضنا، لنتبادل القصص ولنقضي أوقاتا ممتعة. إنّه ما جعل من العائلة العربية عائلة متحابة ومضيافة. هل زرتم يوماً مطعماً لبنانيًا؟ أنظروا الى الطاولة، نادراً ما تجدون فردين فقط يجلسون على مائدة الطعام. نأكل في مجموعات ونحب أن نخلق صداقات أثناء الأكل، دون أن ننسى كم النكهات المتنوعة التي تشبع حواس التذوق لدينا في جلسة واحدة.

هذه هي متعة الأكل وتناول الطعام في الشرق الأوسط، الشرق الأوسط الذي أعرفه. إنّها دوما لسعادة، كلّ شهر، إصدار هذه المجلة، وإنها أيضا لسعادة بالغة أن تكون لدينا قناة لفن الطعام تبث لكم برامجها على مدار ال٢٤ ساعة يوميًا. ومرور الأيام سوف يثمر عن برامج جديدة من إنتاجنا ونعدكم بمزيد من الجديد.



لذا، إستمتعوا بالمجلة وبعدها يمكنكم متابعة البرا مج على قناة فتافيت، ثمّ الحصول على المزيد من الوصفات على موقعنا الالكتروني.

فالأمر يتعلق دائما بـ "المزيد" ونحن لدينا دائماً المزيد المزيد لنهديكم إيّاه.

يوسف الديب

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

كريمة الكوسة والأرضي شوكي

المقادير:

1 ملعقة كبيرة زبدة
1 حبة كراث
1 ملعقة كبيرة خل أبيض
500 جم كوسة مقطعة مكعبات
300 جم من الأرضي الشوكي المقطّع
½ ربطة بقدونس مفروم
1 فص ثوم مفري
ملح وفلفل
1 رأس صغير من خس الأيس برج أو أي نوع خس
3 – 4 أكواب من مرق الدجاج
2 كوب كريمة أو ½ 1 كوب كريمه طازجه و½ كوب من الكريمة الحامضة

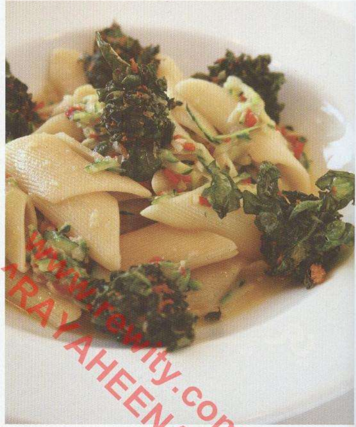
الطريقة:

1. يقلى الكراث في الزبدة والزيت في قدر على النار.
2. يضاف إلى القدر الكوسة والأرضي شوكي والبقدونس والثوم والملح والفلفل والخل ويقلى.
3. ثمّ يضاف خس الأيس برج والمرق إلى الخليط ويترك على النار لمدة ٢٠ دقيقة.
4. تضاف الكريمة إلى الخليط ثمّ يرفع من على النار.
5. يطحن الخليط ويقدّم مزين بالكزبرة أو قطع الارضي شوكي المقلاة في الزبدة.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

مكرونة مقصوصة جياردينيارا

مكرونة مقصوصة بكرات السبانخ



المقادير:

كرات السبانخ:

700 جم سبانخ خضراء (حوالي 250 جم بعد تنظيفها وطهيها)
½ فص ثوم مفروم
1 بيضة مخفوقة
رشة جوز الطيب
45 جم جبن برميزان مبشورة
70 جم بقسماط
ملح وفلفل أسود مطحون طازج حسب الرغبة
زيت زيتون للتشويح

المكرونة:

500 جم مكرونة مقصوصة من نوع كارلوتشيو ريجينا (مكرونة مقصوصة كبيرة الحجم تصنع يدويا في بوليا)
80 جم زبدة
2–3 فص ثوم مقطّع قطعاً صغيرة
20 جم فلفل حار، مقطّع قطعاً صغيرةً
2 حبة كوسة متوسطة الحجم مبشورة بشرا خشنا
240 جم جبن برميزان، حديثة البشر

الطريقة:

كرات السبانخ:

لعمل 28 كرة سبانخ (7 لكل فرد):

1. تسلق السبانخ في ماء مع ملح قليل ويراعى عدم تركها مدة طويلة حتّى لا تهترى».
2. يتمّ الضغط عليها لتصفيتها من الماء وتقطّع كل ورقة قطعاً كبيرةً.
3. في وعاء، يتمّ خلط السبانخ المقطّعة باليد مع الثوم والبيضة المخفوقة وجوزة الطيب والجبن البارميزان .
4. تضاف نصف كمية البقسماط لإمتصاص رطوبة الخليط. يتبّل بالملح والفلفل.
5. تشكّل كرة من الخليط وتقلّى لإختبار تماسكها وطعمها. (إذا كان الخليط ليناً للغاية، ستتفتت الكرة في الزيت ولكن إضافة كمية تزيد عن الحاجة من البقسماط سيطغي على طعم السبانخ نفسها). وبناءً على الكرة الأولى، يضاف البقسماط أو يتبّل الخليط حسب الحاجة. تقلّى الكرات حتى يحمرّ لونها وتترك جانباً.

المكرونة:

1. تسلق المكرونة في ماء مغلي وافر وتترك على النار حوالي 10–15 دقيقة حتّى تصبح نصف ناضجة ثمّ تصفّى وتترك في مكانٍ دافي».
2. يتمّ إذابة الزبدة في قدر ويوضع الثوم والفلفل الحار.
3. تضاف الكوسة المبشورة وتحمر لدقيقة أو دقيقتين.
4. تضاف المكرونة المسلوقة والجبن المبشور (تترك كمية قليلة للتزيين) ويقلب الخليط ويتبّل بالملح والفلفل.

للتقديم:

1. يقدّم في طبق عميق أو مسطّح. تصبّ المكرونة وتزيّن بكرات السبانخ وباقي الجبن المبشور.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

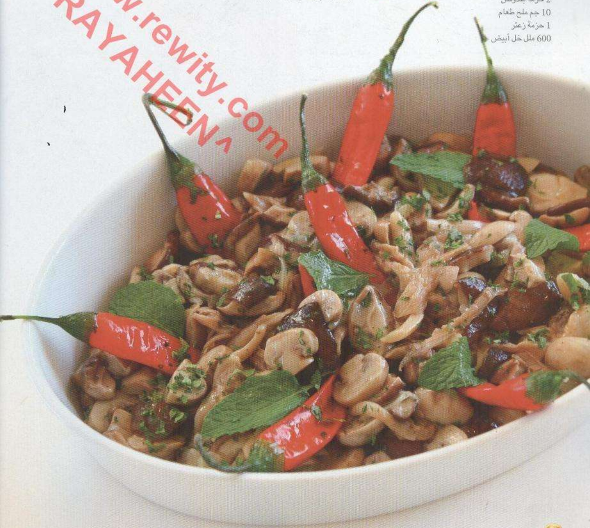
سلطة الفطر

المقادير:

4 لتر ماء
15 جم فلفل أحمر حار
400 ملل زيت زيتون بكر
90 جم ثوم مقشر
2 ورق الغار
3 حبات ليمون
1 كيلو فطر أويستر
1 كيلو فطر شيتاكي
1 كيلو فطر بيبه بلو
250 جم بصل أسباني
250 جم بصل أحمر
2 حزمة بقدونس
10 جم ملح طعام
1 حزمة زعتر
600 ملل خل أبيض

الطريقة:

1. يسخّن الماء في قدر كبير، ثمّ يضاف الفلفل الأحمر وورق الغار والثوم المقشّر والخلّ الأبيض والزعتر الطازج والبصل الاسباني المقطّع قطعاً كبيرة. تترك المكونات لتغلي ثمّ تضاف ليمونتان مقطّعتان شرائح.
2. يشطف الفطر برفق تحت الماء البارد الجاري ثمّ يجفف وتقطع أطرافه (فطر الأويستر يقطع إلى نصفين بينما يقطع البيبه بلو والشيتاكي إلى ثلاث قطع).
3. يوضع الفطر في القدر لمدة 10 دقائق حتّى يبدأ بالغليان ثمّ يصفّى ويترك جانباً.
4. يفرم البقدونس فرماً ناعماً وتعصر عليه الليمونة المتبقية ثمّ يضاف الزيت لعمل تتبيلة.
5. يضاف البقدونس والتتبيلة إلى الفطر ثمّ يتبّل حسب الرغبة.
6. يقطّع البصل الأحمر لشرائح رقيعة ويقلّب مع السلطة ثمّ تقدّم.



www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

كلمة المحرر

إن من الصدفة السعيدة أن يتزامن صدور العدد الثالث من مجلة فتافيت مع الاحتفال بعيد ميلاد قناة فتافيت الثالث. ومولد قناة فتافيت كان في السادس والعشرين من ديسمبر/ كانون أول ويسعدنا أن تشاركونا هذا الاحتفال ونشكركم على الحفاوة التي إستقبلتم بها قناتنا فتافيت في مجالسكم ومطابخكم.

فشهر ديسمبر هو شهر الاحتفال بميلاد السيد المسيح ويشاركنا أندرو هذه المناسبة بتقديم وصفات لأفضل أطباق هذه المناسبة. بعضها تقليدي والبعض الأخر من إبتكاره أو إبتكار والدته. يمكننا بهذه المناسبة الاحتفال على الطريقة العربية بتناول أطباق الحلوى الشرقية. يكمن جمال الحلوى الشرقية في إمكانية الاستمتاع بتناولها في أي مناسبة وأي إحتفال. ولمحبي الشوكولاتة، فنقدم لهم وصفتين شهيتين من الكتاب الذهبي للشوكولاتة.

يمثل شهر ديسمبر أيضا بداية فصل الشتاء، وما من شيئ أفضل من تناول طبق شوربة يبعث بنا الدفء . وتقدّم لنا حورية بعض وصفاتها لأطباق الشوربة المغذية والشهية.

وفي هذا العدد، نحتفل بالبرجر. ما أشهاها! فالبرجر هو أحد، إن لم يكن أكثر، الأطعمة المحببة إلينا جميعا. فعلى اختلاف مكوناته وطريقة إعداده ومذاقه، يظل البرجر ملك الأطعمة.

ونحتفل في هذا العدد أيضاً بالمطبخ القلبيني الأصيل حيث يقدّم مساعد الشيف إيكو بعضاً من الأطباق القلبينية الأصيلة من إختياره كما سيقدّم أيضا بعضاً من وصفاته الخاصة المفضلة ووصفات من صنع والدته.
ولأول مرة، يقدّم لنا ايكو وصفته الشهيرة المعروفة بأكو إكسبريس والتي ظل يحتفظ بها لنفسه إلى أن أقنعناه أن يشاركها مع أحباء فتافيت.

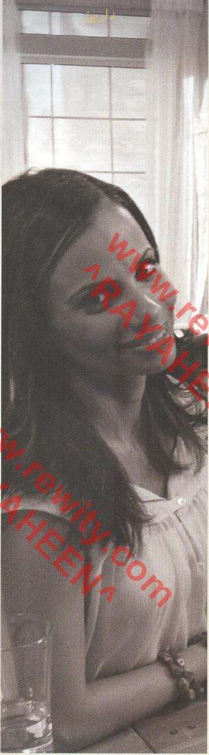
وقد زرنا مطعم كارلوتشيو في دبي وكما تعرفون فإن قناة فتافيت تعرض برنامجاً لكارلوتشيو. ونستعرض لكم المطعم كما نقدم لكم 12 وصفة من الأطباق التي يقدّمها. وتكملة لكل ما هو إيطالي فإننا نقدم لكم خطوة بخطوة طريقة صنع الباستا في المنزل في أكاديمية فتافيت.

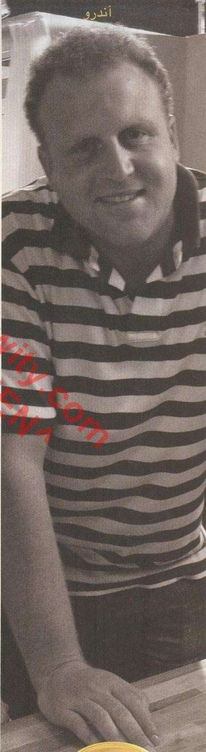
هيا نحتفل بالشهر الأخير من عام 2009 وبالحياة، فالحياة حلوة.

مع تحياتي

ترمين هنو

www.fewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/





والوحيدة

القناة الأولى لفن الطعام في الشرق الأوسط

fatafeat

Nilesat 12341 V | www.fatafeat.com

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

جريوش

المقادير:

300 جم زبدة
500 جم دقيق
1 بيضة
رشّة ملح
½ ملعقة كبيرة سكر
1 ملعقة كبيرة خميرة
2 ملعقة كبيرة خل ابيض
3 ملاعق كبيرة سمسم محمص ومطحون
150 إلى 200 ملل ماء (يمكن إستبدال الماء العادي للعجن بماء الزهر أو إستعمال خليط من الإثنين)
عسل
ماء الزهر
زيت للقلي
سمسم محمص للتزيين

الطريقة:

1. يخلط الدقيق ورشة الملح والسكر والسمسم المطحون والفانيليا والزبدة وتدعك كلها جيداً باليد.
2. تخلط البيضة مع الخل وتضاف مع الخميرة إلى الخليط.
3. يعجن الخليط بالماء لمدة ٥ دقائق ويترك ليرتاح 15 دقيقة.
4. تفرد العجينة وتشكّل حلويات الجريوش.
5. تقلى في الزيت الساخن وتصفّى.
6. توضع في العسل المخلوط بماء الزهر وتصفّى وتزين بالسمسم.

البوظـــة في كـــوب البقـــلاوة

المقادير:

البقلاوة:

8 رقائق من عجينة البقلاوة
¼ كوب من الزبدة المذابة

البوظة:

½ كوب من الجوز للتزيين
قرفة مطحونة للتزيين
4 بيض
رشة ملح
1 عود فانيليا أو 1 ملعقة صغيرة من روح الفانيليا
½ كوب من السكر
½ 2 كوب كريمة الخفق
½ كوب من العسل

الطريقة:

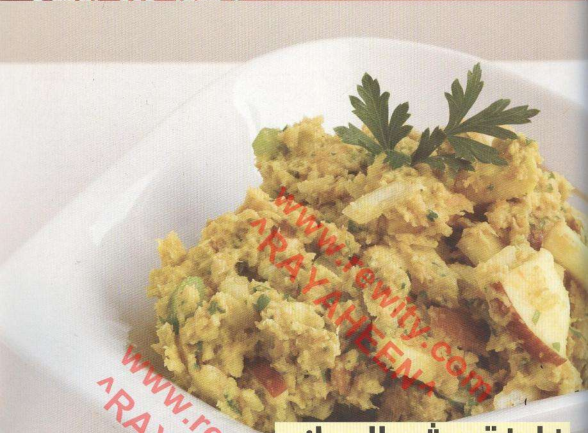
البوظة:

1. يقطّع عود الفانيليا إلى نصفين ثمّ تزال البذور وتُترك جانباً.
2. يُفصل البياض عن الصفار، في إنائين مختلفين.
3. يُضاف السكّر إلى إناء الصفار، ثمّ يُخفق الخليط حتّى يغلظ، ويصبح شاحب اللون.
4. تُخفق الكريمة حتّى تتماسك بعض الشئ.
5. وفي وعاء ثالث، يُخفق بياض البيض مع رشة من الملح، ثمّ يُترك جانباً.
6. تُضاف الكريمة المخفوقة والعسل إلى خليط الصفار.
7. يُضاف خليط البياض، مع التقليب برفق، حتّى يتجانس الخليط.
8. يوضع الخليط في طبق زجاجي ضحل، ويُغطى بطبقة من البلاستيك، ويُترك في الفريزر طوال الليل.

أطباق البقلاوة:

1. يُسخن الفرن إلى 175 درجة مئوية.
2. تُقطع العجينة إلى مربعات بعرض 10 سم.
3. تُدهن كل قطعة من العجين بالزبدة المذابة ثمّ تُوضع في قالب الكاب كيك.
4. تُوضع في الفرن لمدة 10 دقائق حتّى تصبح ذهبية اللون ومقرمشة.
5. تُخرج القوالب من الفرن وتترك لتبرد تماماً.
6. يُملأ كلُ كأس بقلاوة بالبوظة.
7. يُزين بالجوز المفروم والقرفة المطحونة.
8. تقدم في الحال.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM



www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^

خلطة حشو الديك على طريقة أندرو

مدة الإعداد: 20 دقيقة
تكفي 6 أشخاص

المقادير:

- 200 جم توست أبيض (حوالي 5 شرائح سميكة مع التخلص من الحواف)
- 1 بصلة كبيرة مقطعة أرباع
- 2 فص ثوم
- 1 حفنة كبيرة من البقدونس
- 2 تفاحة مقشرة ومنزوعة البذر ومقطّعة قطعاً صغيرة
- 3 أعواد كرفس مقشرة ومقطّعة قطعاً صغيرة
- 100 جم عين جمل مكسّر
- 1 ملعقة صغيرة كاري
- 1بيضة كبيرة
- بشر ليمونة وعصير ½ ليمونة.

الطريقة:

1. يوضع التوست في الكبة لعمل بقسماط ثمّ يصبّ في وعاء كبير. يوضع البصل والثوم والبقدونس في الكبة ويضربوا حتّى يتمّ فرمهم فرماً ناعماً. يضاف البصل إلى البقسماط مع جميع المقادير الأخرى. يُتبل الخليط جيداً ويقلب باليد حتّى يتجانس.
2. يحفظ الحشو جانباً ويستخدم في حشو الديك قبل طهيه أو يطهى بمفرده في طاجن.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

شوربة البطاطس والجرجير

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

تكفي 6 أشخاص
مدة الإعداد: 30 دقيقة

المقادير:

1 ملعقة كبيرة زيت زيتون
½ 1 كوب كراث أو بصل مقطّع شرائح.
¾ كوب كرفس مقطّع شرائح
¾ 1 كوب بطاطس مقشرة ومقطّعة مكعبات
1 كوب ماء
½ كوب كوسة مقطّعة مكعبات
¼ ملعقة صغيرة ملح
¼ ملعقة صغيرة فلفل أسود
400 جم مرق خضروات (معلب)
4 أكواب جرجير منزوع السيقان
2 كوب سبانخ مقطّعة
2 كوب حليب قليل الدسم

الطريقة:

1. يسخّن زيت الزيتون في قدر على حرارة متوسطة.
2. يضاف الكراث والكرفس ويتركا على النار لمدة 7 دقائق أو حتّى يذبل الكراث مع التقليب من آن لآخر.
3. تضاف البطاطس والماء والكوسة والملح والفلفل الأسود والمرق وتترك المقادير لتغلي ثمّ تخفض الحرارة وتترك على النار لمدة 15 دقيقة أو حتّى تنضج الخضروات.
4. تضاف السبانخ والجرجير ويقلبا مع بقية المكونات لمدة دقيقتين أو حتّى يذبلا.
5. يترك الكل ليبرد قليلاً.
6. يصب نصف المقدار في خلاط أو كبة ويخفق حتّى يتجانس تماماً.
7. يصب الخليط في وعاء كبير.
8. تكرر نفس الخطوة مع بقية الكمية.
9. يعاد الخليط إلى القدر مرة أخرى.
10. يضاف اللبن ويقلب مع الخليط لمدة 5 دقائق أو حتّى يسخن.

http://chefadel55.ahlamontada.com/
www.rewity.com

fatafeat

المجلة الأولى والوحيدة لفن الطعام في الشرق الأوسط

البرجر عند العرب

83 وصفة مصورة بالداخل

ما فيش أحلى من المطبخ!

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

وصفات للأعياد | حلويات عربية لكل المناسبات!

شوربات لأحلى الأوقات | المطبخ الفلبيني وأسراره...

نرمين هنو

آندرو ميتشل

حورية زنون

ديسمبر 2009

9 789948 153580 >

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

الإضافات
تركيبات بلا حدود

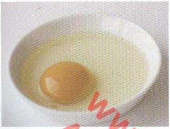
بقسماط

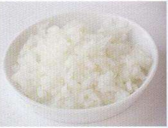
صلصة الطماطم

شوربة البصل بودرة

خل التفاح أو العنب

فطر مجفف

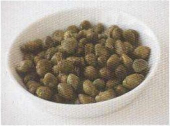

بيض


بصل

زبدة

دبس الرمان

ثوم


كابر

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

سلطة مشكلة مع كبد الأوز

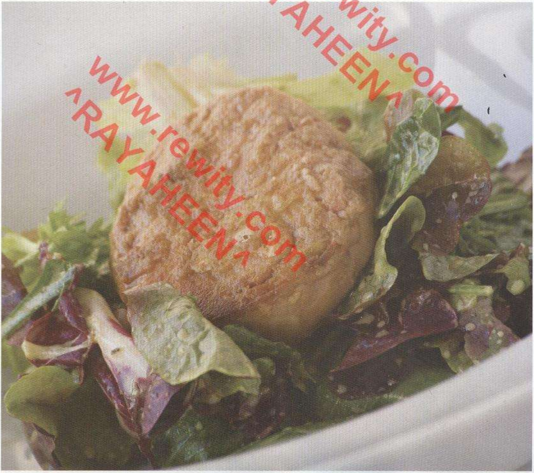
مدة الإعداد: 10 دقائق
تكفي أربعة أشخاص

المقادير:

1 رأس خس
1 خيار مقشرة ومقطّعة شرائح
2–3 طماطم أبو شوكة منزوعة البذر ومقطّعة ثمان قطع
1 بصلة حمراء صغيرة مقطّعة شرائح رفيعة
4 شرائح من كبد الأوز (كل منها 90 جم)
20 جم زبدة
زيت زيتون وخل عنب أحمر حسب الرغبة
ملح وفلفل حسب الرغبة

الطريقة:

1. تقطّع أوراق الخس باليد إلى قطع صغيرة ثمّ تنقل إلى وعاء سلطة كبير.
2. يضاف الخيار والطماطم والبصل.
3. يُنثر الخل وزيت الزيتون والملح والفلفل وتقلب السلطة جيداً.
4. تسخن الزبدة في مقلاة ويحمر كبد الأوز على الجانبين حتّى يصير لونه ذهبياً وينثر عليه الفلفل الأبيض.
5. يرفع من المقلاة ويوضع جانباً.
6. تقدّم السلطة مع كبد الأوز وتزيّن بشريحة توست.



www.rewity.com ^ARAYAHEEN^
www.rewity.com ^ARAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

الجمبري بالعسل وصوص المحار

(جينيسانج هيبون صا بولوت آطالابا)

المقادير:

1 كيلو جمبري كبير بقشره
5 ملاعق كبيرة زبدة
1 قطعة صغيرة من الزنجبيل الطازج المفروم
3 فصوص ثوم مفروم
1 بصلة متوسطة مقطعة شرائح
1 جزرة مقطعة شرائح رفيعة
½ كوب صوص محار
¼ كوب عسل
1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
1 حبة شطة حمراء مقطعة قطعاً صغيرة (حسب الرغبة)
كزبرة مقطعة

الطريقة:

1. تذاب الزبدة في طنجرة على حرارة متوسطة. يشوّح الجمبري مع الزنجبيل والثوم والبصل حتّى ينضج الجمبري ويصير لونه وردياً. يضاف الفلفل الأسود المطحون والجزر والعسل والشطة وصوص المحار وتنثر الكزبرة فوقه ويقلب حتّى يتجانس الصوص.
2. يقدّم مع الأرز.

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

الشوربة:

30 شوربة الباذنجان

25 شوربة البقوليات والدجاج

24 شوربة فريك بكرات اللحم

32 حريرة مغربية

29 شوربة الشوفان بالخضار

23 شوربة البصل

27 شوربة الجمبري

28 شوربة السبانخ

26 كريمة الطماطم بنكهة الفلفل الحار

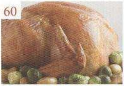
31 كريمة الكوسة والأرضي شوكي

57 شوربة البطاطس والجرجير

58 شوربة بلح البحر بالصلصة البيضاء

www.rewity.com
^ARAYAHEEN^
www.rewity.com
^ARAYAHEEN^

الأطباق الرئيسية:


60 ديك رومي مكسيّ بالعسل في الفرن

61 خلطة حشو الديك على طريقة أندرو

62 فطيرة بلحم الضأن

75 مكرونة مقصوصة جياردينيارا

77 جينيسانج تاهونج

78 دجاج أدوبو

79 لحم بقري بولالو

80 إكسبريس أكو

http://chefadel55.ahlamontada.com/

سلطة مكرونة التروفي والبستو

المقادير:

500 جم فاصوليا خضراء مقطعة أنصاف
120 جم جبن جرانو بادونا مقطّع شرائح رفيعة جداً
2 جم خلطة الفلفل بالثوم المطحون
300 جم بستو
50 جم صنوبر محمص
500 جم مكرونة تروفي

الطريقة:

1. يطهى التروفي في كمية كبيرة من الماء المغلي المضاف إليه الملح حتّى تصبح المكرونة شبه ناضجة.
2. تصفّى ويصب عليها الماء البارد ثمّ تترك جانباً.
3. يحمص الصنوبر حتّى يصير لونه ذهبياً.
4. تسلق الفاصوليا الخضراء بالطريقة المعتادة ثمّ تصفّى ويصب عليها الماء البارد.
5. في وعاء الخلط، يتمّ وضع التروفي والفاصوليا الخضراء، والصنوبر و¾ كمية الجرانو بادانو ويخلطوا جيدا.
6. يتبّل بالملح والفلفل ويقدّم مع تزيينه بالجبن المتبقي.

www.rewity.com
ARAYAHEEN
www.rewity.com
ARAYAHEEN
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

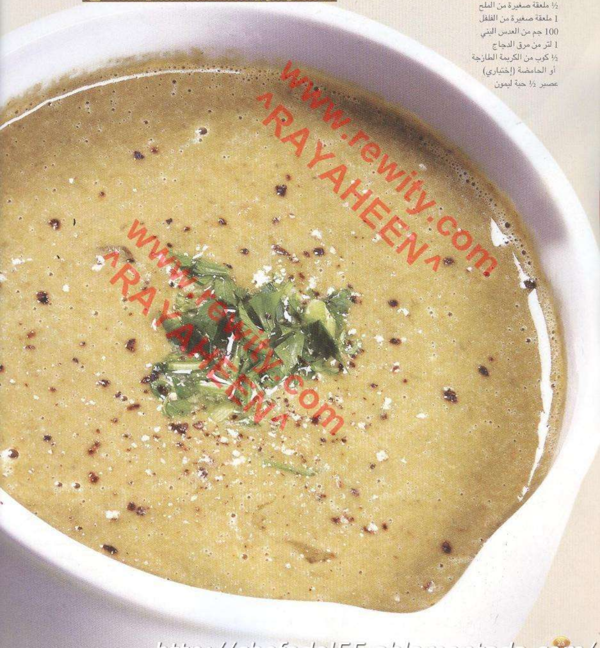
شوربة السبانخ

المقادير:

- 1 ربطة صغيرة من السبانخ
- 1 ربطة صغيرة من السلق
- ½ ربطة جرجير
- ½ ورق فجل أبيض (اختياري)
- ½ ربطة بقدونس صغيرة
- 1 حبة بطاطس
- ½ قطعة كراث
- 2 فص ثوم
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل
- 100 جم من العدس البني
- 1 لتر من مرق الدجاج
- ½ كوب من الكريمة الطازجة أو الحامضة (إختياري)
- عصير ½ حبة ليمون

الطريقة:

1. يقلى الكراث والثوم في الزيت في قدر على النار.
2. تضاف باقي المكونات ومرق.
3. يترك الخليط على النار لمدة ٤٥ دقيقة حتّى ينضج.
4. يرفع الخليط من على النار ثمّ يطحن وتضاف إليه الكريمة وعصير الليمون.



www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/

كارلوتشيوز

الكشف عن وصفات المطعم

بمجرد دخولنا مطعم كارلوتشيو في مول دبي، إستقبلنا مدخل المطعم بما لذ وطاب من صناديق الخضروات الطازجة والفطر الطازج والمجفف وثمار الكابر والجبن الموتزاريلا الجاموسي والمقبلات والأجبان واللحوم الباردة في ثلاجة العرض. وسرعان ما ينتقل البصر إلى الرفوف العامرة بالباستا الجافة والزيوت المعطرة والزيوت المعصورة والزيتون والأرز وبسكويت الأماريتي والكماة، ثمّ نرى الحلويات اللذيذة والمخبوزات. ويختلف الكرواسون الإيطالي «الكورنيتي» كثيراً عن الكرواسون الفرنسي فالأول أقل دسامة من الثاني حيث يصنع بدهون أقل ولاتظهر فيه طبقات كثيرة. ويكمن السر في طعم الكورنيتي أنه يصنع بخميرة أم عمرها خمسمائة عام. ويعمل الشيف فابيو بيرتوني- المتخصص في صناعة الكورنيتي- بشكل وثيق مع الشيف جيوليو وهو رئيس الطهاة في مطعم كارلوشيو.

وقد بدأ إهتمام الشيف جيوليو بريميولا بالمطبخ من صغره عندما كان يساعد والدته بالطهي. وعندما بلغ السادسة عشرة، إرتقى بنفسه بالعمل في المجال الذي يحبه وعمل بالعديد من البلدان مثل ألمانيا والصين وبريطانيا وتركيا بل وعمل أيضا على متن السفن. ويؤمن الشيف جيوليو برؤية كارلوتشيو وبمنهجه في الطهي الإيطالي. ويحافظ المطعم على الوصفات كما كتبها المبدع كارلوتشيو بنفسه وينفذها بإتقان فريق من الطهاة المحترفين. ويتعهد الشيف جيوليو أيضا بمسئولية إنتقاء مكونات عالية الجودة لمطاعم كارلوتشيو في دبي.

ويطل المدخل الآخر لمطعم كارلوتشيو على بحيرة النافورة الراقصة والتي تجعل من تناول العشاء في المطعم تجربة فريدة بحق. ويتميّز تصميم الأثاث بالبساطة وعلى كل طاولة توجد نسخاً من كتب كارلوتشيو للطهي وكذلك من مجلة الأطعمة الإيطالية الشهيرة "لاكوتشينا إيطاليانا". ويتمّ كتابة أطباق اليوم بإستخدام قلم على مرايا وبهذا يفرق نفسه عن بقية المطاعم التي تكتبها على سبورة. ويستقبلك طاقم العمل الودود للغاية بالابتسامة وبكلمات الترحيب وبالخدمة الرائعة بحق ولكن بدون إفراط وبدون تواجد متواصل يسبب الضيق.

ويعد أنطونيو كارلوتشيو ذواقة بحق ولكن لا تحتسب مطاعمه مما يقدّم أكل للذواقة ومع ذلك فإنه لا يستخدم إلا مكونات عالية الجودة. وأطباقه تتسم بالبساطة والطعم الرائع في الوقت نفسه. ولا تتسم الأطباق بالمغالاة في التزيين إنما يغلب عليها طابع الأطعمة التي تعدها أي أم إيطالية في منزلها.

ويسافر كارلوتشيو إلى مختلف أنحاء إيطاليا لينتقي بنفسه أفضل المنتجات لمطعمه في لندن. وقد بدأ كارلوتشيو من مطعم بلندن ليفتتح فيما بعد 40 فرعا آخراً في مختلف أنحاء العالم ويأمل في افتتاح المزيد عن طريق الفرانتشايز. وستكون بعض هذه الفروع في أماكن أخرى في دبي وأبوظبي. وكارلوتشيو شبه متقاعد حيث يقتصر عمله الآن على تأليف الكتب وتقديم البرامج التليفزيونية.

ومفهوم مطاعم كارلوتشيو كما رواها في كتابه شجرة الأسباجتي هو مفهوم يضاهي قصة تطور المطاعم الإيطالية في لندن. فالمفهوم هو تقديم المطبخ التوسكاني ولكن على الطريقة الإنجليزية وهذا يتشابه إلى حد كبير مع رؤية جيمي أوليفر. وقد شجعته زوجته بريسيلا على تطبيق فكرة بيع منتجاته في مطاعمه. فكل أصناف الأطعمة في متجره للبيع كأطعمة جاهزة للشراء مصنوعة بالطريقة التقليدية الإيطالية. نجد مكرونة ريجينا، على سبيل المثال، يكاد يقترب لونها من اللون السكري حيث يتمّ تجفيفها في درجة حرارة الغرفة وليس في فرن يضخ به الهواء الساخن.

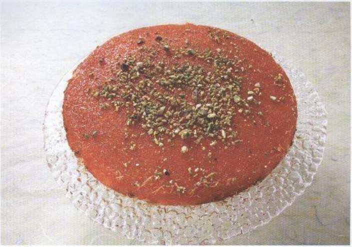
ويكمن السر وراء نجاح المطبخ الإيطالي في ظل ظاهرة إنتشار الوجبات السريعة في أن الإيطاليين يهتمون بالمحافظة على التقاليد ويشجعون صغار المنتجين. ففي موسم الطماطم مثلا، يكون حفظ كميات الطماطم الوفيرة ضرورياً حتّى يمكن الاستفادة منها بقية العام حتّى موسم الحصاد التالي. ومن المثير للإهتمام أن نجد في إيطاليا أفراداً متخصصين في تجفيف الطماطم في الشمس وآخرين في صنع صلصة الطماطم في حين يختص آخرون بتعبئتها في علب. ونتيجة لذلك، فطعامهم يكون له مذاق قد يختلف كل مرة عن الطعام الجاهز الذي ينتج في المصانع بكميات كبيرة للتسويق بالجملة.

الوصفات المذكورة في هذا المقال وصفات موروثة من المطبخ الإيطالي الأصيل. وعلى الرغم من بساطتها إلا أنها ليست بالبسيطة من ناحية الطعم والنكهة. ويسهل إعداد هذه الأطباق التي تمثل روعة المطبخ الإيطالي في قمة تألقه. وهاهي البساطة تتجلى في أفضل صورها.

انطونيو كارلوتشيو

www.rewity.com ARAYAHEEN

http://chefadel55.ahlamontada.com/ WWW.REWITY.COM



كنـافة بالجبنة

المقادير:

1 كيلو من الكنافة، غير مجمدة
100 جم من جبن الموتزاريلا ، شرائح
600 جم من الجبن العكاوي أو الجبن النّابلسي، مقطّعة شرائح و مُزال منها الملح
4 ملاعق كبيرة من السكر
1 كوب من الزُبدة، مذابة ومنقّاة
معجون برتقالي اللّون لتلوين الكنافة
الفستق الحلبي المفروم
شراب السكر

الطريقة:

1. تُقطع عجينة الكنافة في الخلاط الكهربائي، تقطيعاً خشناً، ثمّ تُوضع في إناء كبير.
2. تصب الزُبدة المذابة على الكنافة، ثُمّ يُقلبا باليدين معاً ليخلطا جيداً.
3. تُترك نصف كمية الكنافة جانباً .
4. يُضاف المعجون البرتقالي اللّون إلى القليل من الماء لتخفيفه، ثمّ يُخلط مع النصف الآخر من الكنافة .
5. تُوضع الكنافة الملونة في صينيّة دائرية، ويُضغط عليها جيداً باليد.
6. يتمّ التخلص من الماء الزائد بوضع ورق مصاص على الجبن والضغط عليه باليد لإمتصاص الماء منه ثمّ يتمّ بشرها.
7. يُوضع الجبن فوق طبقة الكنافة ويرش عليها السكر ثم يُغطى الجبن بالكنافة المتبقية. (ملاحظة: الطبقة العليا من الكنافة أقلّ سُمكاً من الطبقة السّفلى.)
8. يُضغط على الكنافة، باليدين برفق.
9. تُخبز الكنافة في فرن حرارته 200 درجة مئوية لمدة 30 دقيقة حتّى يذوب الجبن وتصير قطعة الكنافة قطعة واحدة متماسكة، ويتقرمش سطحها
10. تُخرج الكنافة من الفرن وتُقلبُ في طبق التقديم ليكون الوجه البرتقالي إلى الأعلى.
11. يُصبّ فوقها القَطر البارد، وهي لاتزال ساخنة.
12. تُزين الكنافة بالفستق الحلبي، وتُقدم ساخنة.

طريقه نزع الملح من الجبن العكاوى أو النّابلسي:

1. تنقع شرائح الجبن في إناء، فيه ماء بارد كاف ويُغير الماء كل 20 دقيقة حتّى تختفي الملوحة من الجبن. سيحتاج إلى تغيير الماء ست أو ثمانية مرات ثمّ يُذاق الجبن للتأكد من إزالة الملح قبل تصفيته من الماء.

المعمول بالشوفان

المقادير:

العجين:
2 كوب سميد ناعم
1 كوب شوفان مطحون خشن
2 ملعقة كبيرة دقيق
¾ كوب زبدة
¼ كوب سمن
¼ ملعقة صغيرة محلب
¼ ملعقة صغيرة ملح
½ ملعقة فانيليا
¼ كوب حليب بودرة
ماء زهر أو ماء ورد لعجن المعمول حسب الرغبة

حشو التمر:

300 جم معجون تمر
½ ملعقة صغيرة قرفة
ماء الزهر أو ماء الورد حسب الرغبة
رشة قرنفل
2 ملعقة كبيرة سمسم محمّص

حشو المكسرات:

3 كوب جوز أو لوز محمّص ومطحون
1 كوب سكر
ماء الزهر
2 ملعقة كبيرة سمسم محمص

الطريقة:

الحشو:

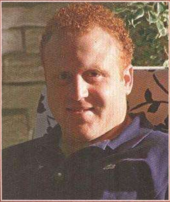
1. تخلط مكونات حشو التمر أو المكسرات وتترك جانباً.

العجين:

1. تخلط جميع المكونات ويعجن دقيقتين فقط وتترك العجينة لترتاح ربع ساعة.
2. تقسم العجين إلى قطع صغيرة وتُكوّر ثمّ تشكّل حفرة في العجين ليوضع بداخلها الحشو.
3. تشكّل في قوالب المعمول وتوضع في صينية غير مدهونة.
4. تخبز على درجة حرارة الفرن 175 درجة مئوية إلى أن يحمر أسفل المعمول لمدّة ربع ساعة تقريباً ويوضع تحت الشواية لمدة دقيقة ثمّ يخرج ويترك ليبرد.
5. يزين بالسكر الناعم ويقدّم.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
www.rewity.com

الأعياد



آندرو ميتشل

تختلف طريقة الاحتفال بالأعياد الدينية والاجتماعية باختلاف الدول والأديان والثقافات. ولكنهم يتشاركون جميعا بخاصية الإحتفال بهذه المناسبات بالطعام. ولذا، تمثل أجازات الأعياد وقتا لتجمع أفراد العائلة وهو أمر ضروري في ظروف الحياة العصرية، الأمر الذي يجعل من التجمع حول مائدة واحدة يوميا نادر الحدوث.

عيد الميلاد هو الاحتفال بميلاد السيد المسيح، ذلك الميلاد الذي يحتفي به القرآن الكريم كواحد من المعجزات على مر العصور. فالسيدة مريم هي واحدة من أطهر النساء جانبا إلى جنب السيدة آمنة والسيدة عائشة والسيدة آسيا، والدة النبي موسى. فسواء كان المرء يحتفل بهذا الميلاد أم لا، فإنه يظل وقتا للتذكر والتأمل ولحمد الله.

ويمثل الديك الرومي واحدا من أكثر الأطباق تناولا في هذه المناسبة. ويكون طعمه رائعا عندما يكون مليئا بالعصارات الشهية. ويقدم لنا أندرو الطريقة المثالية لطهي الديك الرومي، ومايتبقى من الديك الرومي يمكن استخدامه في صنع سندوتشات رائعة لليوم التالي. يمثل أيضا حشو الديك جزءا لا يتجزأ من الاحتفال ويمكن إعداده كما في الوصفة كطبق جانبي أو لحشو الديك به ليتغلغل طعم الديك في الحشو ويعطيه مذاقا رائعا. وهناك العديد من الوصفات الأخرى المناسبة الخاصة بهذا الاحتفال ولكن أندرو لم يقتصر على تلك الوصفات المعتادة وإنما يقدم لنا أيضا بعض وصفاته المبتكرة الخاصة وكذلك بعض الوصفات التي تعدها والدته في تلك المناسبة.

هاهي هدية أندرو لنا:

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

شوربة

الحساء من أبسط وأروع الطرق لطهي الطعام. وإضافة مكونات مختلفة في قدر مع ماء على مصدر للحرارة حتّى يغلي قد عرف منذ أكثر من 5000 عام. ويمكن تقسيم أنواع الحساء إلى قسمين: نوع خفيف ونوع غليظ. ومن أمثلة النوع الخفيف المرق والحساء المنقى والمسمى بالكونسوميه. أما النوع الغليظ فمن أمثلته الحساء المضاف إليه الخضروات أو اللحوم أو الأسماك المهروسة أو النوع المضاف إليه الكريمة مع أو بدون صفار البيض أو المضاف إليه البشاميل أو الأرز أو الدقيق أو الحبوب.

ويبعث الحساء الدفء ويرتبط أيضاً بالشعور بالراحة وخاصة حساء الدجاج الذي أصبح رمزا لكل ما يريح النفس. وقد استخدمت الحرارة المحرقة للحساء في الأمثال ومنها التحذيري قائلا: «اللي اتلسع بالشوربة ينفخ في الزبادي.» وفكرة كثرة مكونات الحساء المضافة إلى بعضها البعض استخدم لفظ الشوربة للدلالة على اختلاط الحابل بالنابل أو لكون الموقف قد تحول إلى شوربة.

ولفظ الحساء بالإنجليزية وهو من أصل اللغة الجرمانية يعني غمس الخبز في سائل. أما المرادف العربي «الحساء» فيعني مايحتسى. وتعتبر الشوربة الوجبه المثالية في يوم شتوي قارص ولكنها تطورت الآن حتّى صارت طبقا مثاليا لأي يوم. فنجد الآن أنواعا مختلفة مثل الحساء المبرد والحساء المضاف إليه السكر وحساء الفواكة مما يعني إمكانية الإستمتاع بطبق الشوربة في أي يوم من أيام العام.

حورية زنون

www.rewity.com
^ARAYAHEEN^
www.rewity.com
^ARAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

جينيسانچ تاهونچ

(بلح البحر)

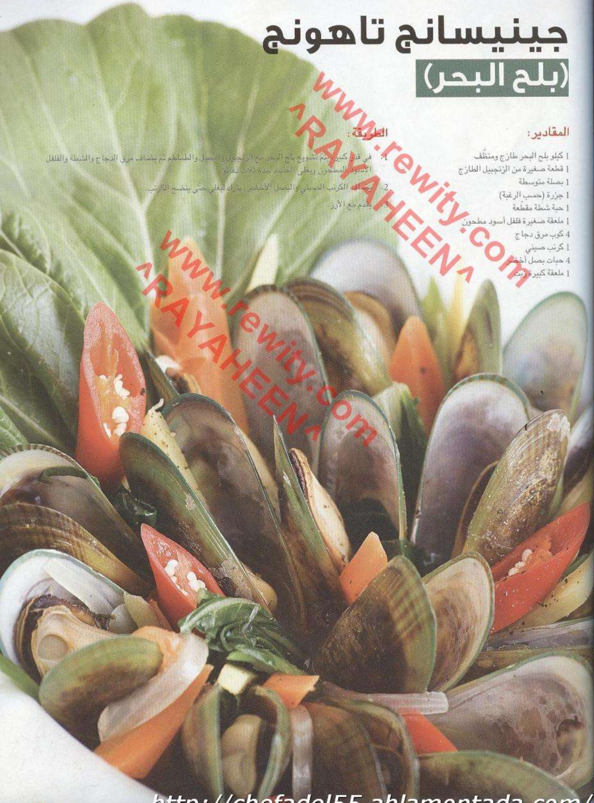
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

المقادير:

1 كيلو بلح البحر طازج ومنظّف
1 قطعة صغيرة من الزنجبيل الطازج
1 بصلة متوسطة
1 جزرة (حسب الرغبة)
1 حبة شطة مقطعة
1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
4 كوب مرق دجاج
1 كرنب صيني
4 حبات بصل أخضر
1 ملعقة كبيرة زيت

الطريقة:

1. في قدر كبير يتم تشويح بلح البحر مع الزنجبيل والبصل والطماطم ثم يضاف مرق الدجاج والشطة والفلفل الأسود المطحون ويغلى الخليط لمدة ثلاث دقائق.
2. يضاف الكرنب الصيني والبصل الأخضر ويترك ليغلي حتى ينضج الكرنب.
3. يقدم مع الأرز.



www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

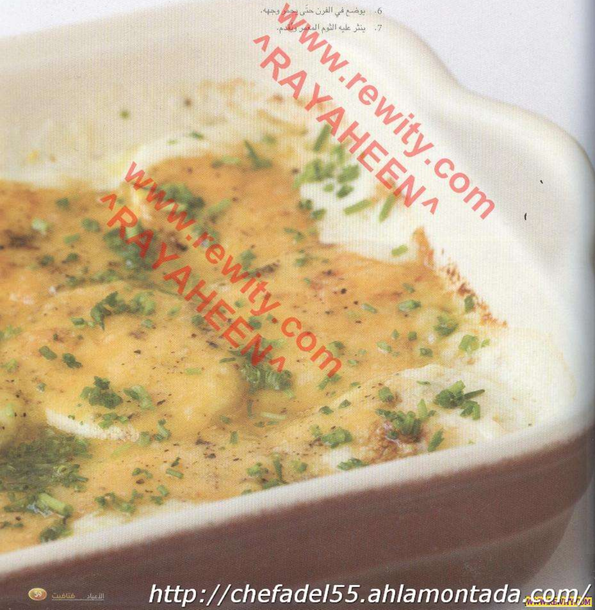
بيض في الفرن بالجبن الشيدر

المقادير:

4 ملاعق صغيرة زبدة
4 ملاعق كبيرة كريمة
4 بيضات كبيرة
ملح وفلفل مطحون طازج حسب الرغبة
4 ملاعق كبيرة مملوءة بالجبن الشيدر المبشور
½ ملعقة صغيرة ثوم معمر

الطريقة:

1. يسخن الفرن إلى 225 درجة مئوية.
2. يملأ قدر بالماء ويوضع البيض في القدر ويترك على نار هادئة.
3. عندما ينضج البيض، يرفع من الماء ويقشر.
4. يقطّع البيض إلى أنصاف ثمّ يرص في صينية فرن.
5. يغطى البيض بالكريمة والملح والفلفل والجبن الشيدر المبشور.
6. يوضع في الفرن حتّى يحمر وجهه.
7. ينثر عليه الثوم المعمر ويقدم.



www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

برجر بالفطر

المقادير:

1 كيلو لحم مفروم
3 بصل شرائح
6 فص ثوم مفروم
2 ملعقة صغيرة ملح خشن
1 ملعقة صغيرة فلفل أبيض حب مجروش
1 ملعقة كبيرة ثوم معمر
1 ملعقة كبيرة سائل مدخن
خبز البرجر

الحشو:

2 عبوة فطر يُمسح بمنشفة ورقية مبللة ويُقطع شرائح
1بصلة مقطعة
1 فص ثوم مهروس
1 ملعقة كبيرة زيت زيتون
رشة ملح
رشة فلفل
خبز البرجر
صوص الجواكامولي (سلطة الأفوكادو المكسيكية)

الطريقة:

1. تخلط جميع مكونات البرجر معاً.
2. يسخن زيت الزيتون في مقلاة كبيرة على حرارة عالية ويشوح البصل حتّى يذبل.
3. يضاف الفطر ويترك على النار العالية حتّى يحمر ويصير لونه ذهبياً داكناً.
4. يضاف الثوم والملح والفلفل وتترك المكونات على النار من 2–3 دقائق أخرى.
5. ترفع المقلاة من على النار ويضاف البقدونس ويقلب مع باقي المكونات ثمّ يُترك الخليط ليبرد.
6. يفرد جزء من خلطة البرجر وتضاف ملعقة من الحشو ثمّ تغطى باللحم وتشكّل إلى أقراص.
7. تشوى على الفحم أو الشواية الكهربائية بدون الضغط عليها أثناء الشوي حتّى لا تفقد عصارتها.
8. يتمّ تسويتها إلى درجة النضج المفضل. (بالنسبة إلى اللحم المفروم فمن المفضل أن يتمّ تسويته تماماً).
9. يقطع خبز البرجر نصفيا ويدهن بالزبدة أو بزيت الزيتون.
10. يشوى الخبز ليتحمص.
11. يوضع الخبز على المشواة ويُدهن بالمايونيز ثمّ يوضع عليه طبقة خس ثمّ برجر ثمّ صوص الغواكامولي.

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/

برجر فطر البورتوبيلو

المقادير:

2 فطر بورتوبيلو
2 شريحة توفو (فول صويا)
2 ملعقة كبيرة صوص الصويا
زيت زيتون
سلطة خضراء مشكلة
طماطم بفروعها
خبز برجر حسب الرغبة

الطريقة:

1. يتبّل التوفو بصوص الصويا.
2. يُدهن فطر البورتوبيلو بزيت الزيتون.
3. يُشوى على الفحم أو الشواية الكهربائية.
4. يرفع التوفو من التتبيلة ويوضع على الشواية.
5. يشوى خبز البرجر ثمّ يُدهن بطبقة رقيقة من المايونيز.
6. يتمّ تجهيز البرجر بوضع طبقة من الخبز ثمّ طبقة من السلطة الخضراء ثمّ التوفو ثمّ فطر البورتوبيلو وأخيراً الخبز.
7. توضع الطماطم على الشواية لعدة ثوانٍ لتكتسب تقليمة الشي.

www.rewity.com
ARAYAHEEN
www.rewity.com
ARAYAHEEN
http://chefadel55.ahlamontada.com/

قائمة الوصفات المصورة المصغرة

المقبلات:

بيض في الفرن بالجبن الشيدر

كروكيه مينيون

بولنتا مشوية

فلفل محشي

كوسة محشية

أفخاذ الدجاج

السلطة:

سلطة الشيف

سلطة مشكلة مع كبد الأوز

فاصوليا وكوسة

سلطة الحمص

كسكسي

سلطة مكرونة التروفي والبستو

سلطة الخضروات المشوية المشكلة

إنسلاتا كونتادينا

سلطة الفطر

www.rewity.com ARAYAHEEN
http://chefadel55.ahlamontada.com/

إكسبريس أكو

المقادير:

1 كيلو دجاج
6 فصوص ثوم مفروم
1 بصلة متوسطة مقطعة شرائح
1 قطعة صغيرة زنجبيل طازج مفروم
4 حبات شطة حمراء مقطعة شرائح
1 جزرة مقطعة شرائح
1 ضمة من البازلاء الصينية
1 علبة حليب جوز الهند
1 مكعب مرق دجاج
3 ملاعق كبيرة زبدة
1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون

الطريقة:

1. تسخّن الزبدة في مقلاة متوسطة الحجم.
2. يشوّح الدجاج مع الزنجبيل والثوم والبصل ثمّ يضاف الجزر والبازلاء الصينيّة والشطة الحمراء والفلفل الأسود المطحون.
3. يضاف لبن جوز الهند ومرق الدجاج مع التقليب ويترك الخليط يغلي حتّى ينضج الدجاج.
4. يقدّم مع الأرز السادة.

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

البرجر بكل ما يحلو لك من الإضافات

المقادير:

1 كيلو ستيك انتركوت
3 بصل شرائح
6 فص ثوم شرائح
2 ملعقة صغيرة ملح خشن
1 ملعقة صغيرة فلفل أبيض حب مجروش
1 ملعقة كبيرة ثوم معمر
1 ملعقة كبيرة سائل مدخن
خبز البرجر

الإضافات:

فطر
بيكون بقري
جبن
بصل

الطريقة:

1. تخلط جميع المقادير لتتبيل الستيك وتترك في الثلاجة طوال الليل.
2. يجفف الستيك من التتبيلة ثمّ يفرم فرماً خشناً.
3. يشكل اللحم إلى أقراص بدون الضغط عليها بشدة. يفضل أن تكون السماكة حوالي 2 سم.
4. تشوى على الفحم أو الشواية الكهربائية بدون الضغط عليها أثناء الشوي حتّى لا تفقد عصارتها.
5. يتمّ تسويتها إلى درجة النضج المفضل. (بالنسبة إلى اللحم المفروم فمن المفضل أن يتمّ تسويته تماماً).
6. يقطّع خبز البرجر نصفياً ويدهن بالزبدة أو بزيت الزيتون.
7. يشوى الخبز ليتحمص.
8. يتمّ وضع ما يحلو من الإضافات.

www.rewity.com ^RAYAHEENA^
www.rewity.com ^RAYAHEENA^

http://chefadel55.ahlamontada.com/

إحتفلوا على الطريقة العربية

الحلويات الشرقية ليس من الممكن مقارنتها بأي حلوى أخرى. حيث يسيل لها لعاب الشرقيين والغربيين على حد سواء. ومن الصعب مقاومتها بلونها الذهبي وسائلها السكري اللامع . فسواء كانت على شكل رقائق أو مقرمشة أو محشوة بالقشدة أو الفاكهة أو حتّى بالجبن، فإنها من الصعب أن تقاوم. وكثيرا ما تحتوي الحلوى الشرقية على المكسرات خاصة التي تزرع في منطقة الشام الشهيرة بالفستق على وجه الخصوص. فالحلوى الشرقية هي أحسن ختام لوجبة الغذاء وهي عادة ما تأكل مع فنجان من الشاي أو القهوة العربية أو التركية.

وقد تلذذ العرب بالحلوى الشرقية لقرون طويلة وقد استحوذت بروعة مذاقها على انتباه العالم بأسره. وقد أصبحت أساسية للإحتفال بالمناسبات والأعياد الدينية والاجتماعية. فالكحك على سبيل المثال مرتبط بعيد الفطر أما الكنافة والبقلاوة والقطايف فترتبط بشهر رمضان المعظم. ويتمّ تناول العاشورة في الإحتفال بعاشوراء، كما يتمّ تناول حلوى السمسمية والحمصية وغيرها للإحتفال بالمولد النبوي الشريف.

ويمثل استخدام السكر والمكسرات بوفرة في صنع الحلوى دليلاً على كرم العرب لأنها باهظة الثمّن للكثير من العائلات إلا أن ارتفاع ثمَنها لايثني الأسر العربية الكريمة عن تقديمها للضيوف. وقد تلجأ الأسرة العربية ذات الدخل المتوسط لاستخدام الفول السوداني كحشو للحلوى التي تعدها لنفسها ولكن عندما يتعلق الأمر بالضيوف، فإنها تستخدم الفستق واللوز وعين الجمل . وتحتفل بالحلوى العربية كونها تعبر عن كرم الضيافة العربية.

www.rewity.com ^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

فلفل محشي

المقادير:

2 كيلو باذنجان مقشر ومقطّع مكعبات صغيرة
1200 ملل صلصة طماطم
200 جم بقسماط
100 جم كابر
2 عود كرفس مقطّع قطعاً صغيرة
1 بصلة مقطّعة مكعبات صغيرة
180 جم جبن جرانو بادانو
180 جم فلفل أسود مطحون
50 ملل زيت زيتون
155 جم زيتون (روستيكا)
360 جم بصل أسباني
½ حزمة بقدونس
4 كيلو فلفل أحمر
5 جم ملح طعام

الطريقة:

1. يشوّح البصل والكرفس في زيت الزيتون.
2. يضاف الباذنجان المقطّع ويترك على النار من 3–5 دقائق.
3. تضاف صلصة الطماطم ويترك الخليط حتّى يغلي. يتبّل حسب الرغبة ثمّ يرفع من على النار.
4. يضاف البقسماط والجبن المبشور والزيتون المقطّع والبقدونس المقطّع والكابر.
5. تحشى أنصاف الفلفل بالخليط.
6. تُوش بقية الجبن على الوجه ويرش عليه بعض الزيت.
7. يخبز في الفرن على درجة حرارة 240 درجة مئوية لمدة 20 دقيقة.

www.rewity.com
ARAYAHEENA
www.rewity.com
ARAYAHEENA
http://chefadel55.ahlamontada.com/
www.rewity.com

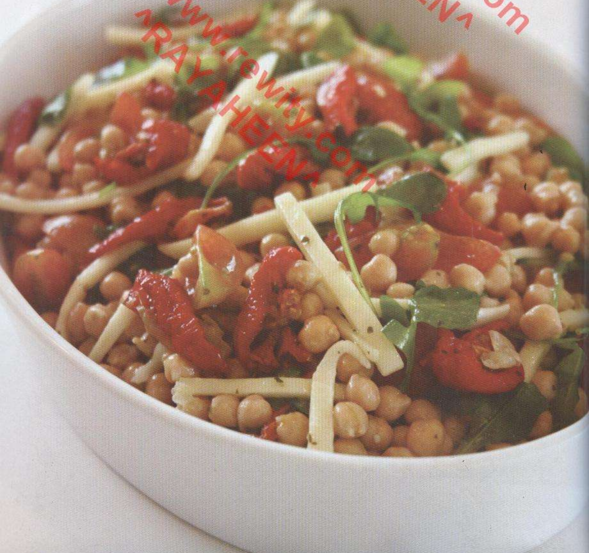
سلطة الحمص

المقادير:

- 1600 جم حمص
- 180 ملل زيت زيتون بكر
- 3 جم فلفل أسود مطحون
- 250 جم جبن بروفولون الإيطالي
- 150 جم جرجير
- 5 جم ملح طعام
- 3 حبات طماطم صغيرة (شيري)

الطريقة:

1. يصفّى الحمص من ماء الحفظ.
2. تقطع الطماطم الشيري إلى أرباع.
3. يقطّع الجبن البروفولون إلى أعواد طويلة رفيعة.
4. تخلط جميع المقادير معاً ماعدا الجرجير.
5. تتبل السلطة.
6. يخلط الجرجير مع باقي المكونات قبل تقديم السلطة مباشرة.



www.rewity.com ^RAYAHEEN^
www.rewity.com ^RAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/
WWW.REWITY.COM

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
www.rewity.com
^RAYAHEEN^

شوربة الباذنجان

المقادير:

1 كجم من الباذنجان
2 ملعقة كبيرة من الزبدة
2 ملعقة كبيرة من الطحين
1 حبة بطاطس
1 حبة بصل
4 أكواب من مرق الدجاج
1 ملعقة صغيرة من الملح
½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
رشة كراوية
½ كوب كريمة طازجة

الطريقة:

1. يشوى الباذنجان ثمّ ينظف ويقطّع مكعبات.
2. يقلى البصل في الزبدة في قدر على النار مع الطحين.
3. يضاف الباذنجان والبطاطس إلي القدر ويقلوا الخليط جيداً.
4. يضاف إليهم المرق والملح والفلفل الأبيض ويتركوا على النار لمدة نصف ساعة.
5. يطحن الخليط ثمّ تضاف إليه الكريمة.
i. يوضع الخليط على النار مرة أخرى لمدة ٥ دقائق.
6. يقدّم الطبق مزين ببعض من قطع الباذنجان والخبز المحمص ورشة الكراوية.

http://chefadel55.ahlamontada.com/

برجر نايجيلا لوسون
برجر بجبن الروكفور

http://www.nigella.com/recipe/recipe_detail.aspx?rid=12284

المقادير:

خلطة البرجر:

كمية اللحم البقري المفروم قليل الدهن 70% لحم إلى 30% دهن
120 جم من الروكفور مقطّعة تقطيعا رفيعاً
120 جم زبدة
ملح وفلفل مطحون طازج للتتبيل
1 ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر الطازج مقطّعة
ثوم معمر طازج مقطّع
1 بصلة شرائح ثمّ تقطع تقطيعاً رفيعاً
خبز البرجر مغطى بالسمسم

صوص الطماطم المنكّه:

1 كيلو طماطم حمراء ناضجة مقطّعة قطعاً كبيرة
2 ملعقة كبيرة زيت زيتون
1 حبة فلفل أحمر أو أخضر حسب الرغبة، منزوع البذور ومقطّع قطعاً صغيرة
2 بصلة مقطّعة شرائح
3 فصوص ثوم
2 ملعقة كبيرة خل أو خل بلسمي
ملح وفلفل مطحون طازج

الطريقة:

1. برجر على الطريقة المنزلية: في وعاء متوسط الحجم، تخلط الروكفور والزبدة وتتبل بالملح والفلفل حسب الرغبة ثمّ توضع قليلا في الثلاجة.
2. يمزج اللحم والبصل والزعتر والثوم المعمر ويخلطوا جيدا ثمّ يفرد بالمرقاق وباستخدام قطاعة بقطر 10 سم أو آلة تشكيل البرجر البلاستيك، يقطّع البرجر على شكل دوائر. وعلى نصف قطع البرجر النيء، يتمّ فرد خليط الجبن بالزبدة ثمّ يوضع أعلاه قطعة من البرجر غير المغطى بالجبن ويُتم إحكام جوانب البرجر جيدا بدهنها بخليط من اللبن والبيض. يجب أن تكون كل قطعة برجر بسمك 3 سم ثمّ يُطهى على شواية ساخنة أو في المقلاة ويقدّم مع شرائح الطماطم والبصل وأوراق الخس بعد شي قلب خبز البرجر على شواية شديدة الحرارة.

كل برجر يحتاج إلى نكهة خاصة!

صوص بنكهة الطماطم والفلفل للبرجر (لعمل 2 كوب ويستغرق الإعداد حوالي ساعة):

1. تهرس الطماطم والثوم في الكبة حتّى يتجانسا. يسخن زيت الزيتون ويحمر فيه البصل لمدة عشر دقائق حتّى يطرى ويحمر لونه. يضاف الخل والملح والفلفل والطماطم ويتركوا لينضجوا مع التقليب من حين لآخر حتّى لا يلتصق بالقاع. يترك على النار حتّى يصير قوام الصوص غليظا ويشبه المعجون. يضاف الملح والفلفل حسب الرغبة ثمّ يغرف بالملعقة في برطمان معقم وجاف. يترك حتّى يبرد ثمّ يحفظ في الثلاجة.

www.rewity.com
^RAYAHEEN^
http://chefadel55.ahlamontada.com/

بيناكبت

المقادير:

- 2 صدور دجاج مقطّعة شرائح
- 3 فصوص ثوم مفروم
- 1 بصلة متوسطة مقطّعة شرائح
- ½ يقطين متوسط الحجم مقطّع إلى مكعبات متوسطة الحجم
- 3 حبات باذنجان مقطّعة شرائح
- 4 حبات بامية مقطّعة شرائح
- 8 قطع بازلاء صينية مقطّعة شرائح
- 1 قرع صيني مر متوسط مقطّع شرائح
- 1 جزرة (حسب الرغبة)
- ½ كوب باجونج طازج (معجون الجمبري)
- 1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون
- 1 كوب مرق دجاج
- 2 ملعقة كبيرة زيت طعام

الطريقة:

1. في مقلاة كبيرة، يتمّ تشويح الدجاج في زيت الطعام مع الثوم والبصل حتّى يختفي لون الدجاج الوردي. يضاف الباجونج الطازج ويقلب.
2. يضاف اليقطين ومرق الدجاج ويترك ليغلي ثمّ يضاف الباذنجان والبامية والبازلاء الصينية والجزر والفلفل الأسود المطحون. يترك ليغلي مع إستمرار التقليب حتّى تنضج الخضروات.
3. يقدّم مع أي نوع من أنواع السمك المقلي والأرز.

www.rewity.com ^ARAYAHEEN^
www.rewity.com ^ARAYAHEEN^

http://chefadel55.ahlamontada.com/